

sale&pepe

SALEPEPE.IT

APRILE 2021 - € 3,90

TAGLIATELLE FESTONATE
CON PANCETTA, FAVE E LIME



Posta italiana spa - Sped. in A.P. - D.L. 353/03 art.1,
comma 1, DCB Verona - Anno 33 - Mensile - P1(Cont)
€ 7,50 - Lux, Belgio, Francia, MC, Côte d'Azur
€ 8,00 - Svizzera CHF 9,00 - Svizzera C.T. CHF 8,50 -
Germania € 10,00 - USA \$ 15,00

Stile Italia Edizioni

**Pasqua e
Pasquetta**
Riti e tradizioni
di festa e un menu
d'eccezione

**Pasta fresca
creativa**
Colorata, ricamata
con erbe e fiori e
condita con primizie

**Agnello,
anzi agnelli**
Di Sardegna o del
Centro Italia si
confrontano a tavola

**Dolcissima
ricotta**
Regala una speciale
morbidezza a creme
e impasti dei dessert



IN EDICOLA IL 23 MARZO 2021



LA PASSIONE CON "TRE SENZA"

PASTA DI VENEZIA PRESENTA I "PREPARATI"
SENZA **ZUCCHERI**, SENZA **GLUTINE** E SENZA **LATTOSIO**.



Novità
**SENZA
ZUCCHERI**



SCOPRI TUTTI I PRODOTTI SU:
www.pastadivenezia.it
info@pastadivenezia.it



PASTA DI VENEZIA È FATTA CON IL CUORE.

Prova i preparati per Pane e Focaccia, Dolci e Pasta Fresca, senza **zuccheri**, senza glutine e senza lattosio. Gusta la tradizione italiana con i ripieni dal sapore ricco e sorprendente. Assapora le Lasagne, "i Piatti Pronti" tutti da gustare.

Pasta di Venezia la trovi solo in Farmacia e nei migliori negozi specializzati nel senza glutine.


Pasta di Venezia
Gluten free

Qui accanto, da destra a sinistra: un'immagine tratta dal servizio Pasta fresca di primavera (a pagina 24); la ricetta dell'antere di agnello allo zafferano (a pagina 66); la torta con mousse al limoncello e limoni canditi (ricetta a pagina 93)



Sommario *aprile*

7 Storie di cucina

La tepsì e le altre

Una torta salata tipica è lo spunto per raccontare la tradizione gastronomica della comunità albanese in Italia

10 Living

Pasqua in Maremma

Un angolo di Toscana dove trascorrere una giornata perfetta tra piatti genuini fatti con ingredienti di qualità

20 Ricetta gourmet

Cuzzupa calabrese

Un dolce antico e fortemente simbolico per celebrare la Resurrezione

24 Passioni

Pasta fresca di primavera

Erbe, petali, pennellate di colore e ingredienti sfiziosi rinnovano un grande classico

34 Jeunes Restaurateurs

Ombretta Giovannini

Gioia, leggerezza e scelte etiche per un mondo migliore caratterizzano la chef della Leggenda dei Frati

38 Tema del mese

Riti di Pasquetta

Il lunedì dell'Angelo è un'apoteosi di sapori e suggestioni da reinterpretare in ogni angolo d'Italia

54 Scelti da Sale&Pepe

Italian Style

La chef, maestra e consulente gastronomica Francesca D'Orazio interpreta il grana padano Dop

58 Bontà di stagione

Agnello

Sardo o del Centro Italia? Il confronto tra carni ovine diverse ma ugualmente meritevoli del podio

70 Luoghi eccellenti

Siena, buonissimo splendore

L'unicità architettonica sfida quella culinaria nella città del Palio

78 Ispirazioni

Asparagi

Nella zuppa, nella millefoglie, nelle crespelle, offrono nuovi spunti per sfiziosi piatti di primavera

82 Tappe del gusto

Aceto balsamico

Il "tradizionale di Reggio Emilia" è raccontato dall'appassionata voce dei suoi produttori

90 Dolce vita

Ricotta nel dessert

Di capra o vaccina regala una morbidezza straordinaria agli impasti e un tocco vellutato alle farciture

100 Enoteca

Trebbiano Spoletino

È interpretato con svariate tecniche di vinificazione questo bianco di carattere ideale per la cucina umbra

108 Tecniche

Salse verdi

Cambiano volto allo spuntare delle erbe nuove e condiscono i piatti della stagione: carni, pesci, uova e pasta

RUBRICHE

50 Utile e dilettevole

Planetaria

Storie di oggetti in cucina

77 Se il cibo cambia la terra

Pesca certificata per mari blu

Buone azioni per vivere meglio

88 Made in Italy

Guanciale amatriciano

Conoscere e gustare le eccellenze

112 Pianeta extravergine

Cilento Dop

Da provare e valorizzare





HANNO COLLABORATO A QUESTO NUMERO

RICCARDO ZANNI

È LO CHEF DELLA TENUTA IL CICALINO DI MASSA MARITTIMA, UN COMUNE MEDIEVALE IMMERSO TRA LA VEGETAZIONE E I PROFUMI DELLA MAREMMA, IN PROVINCIA DI GROSSETO. ORIGINARIO DI ROMA, HA FATTO SUOI GLI INGREDIENTI DI QUESTA PARTE DI TOSCANA E LI PROPONE NEL MENU DEL NOSTRO SERVIZIO LIVING A PAGINA 10.

OMBRETTA GIOVANNINI

UMBRA DI NASCITA MA TOSCANA D'ADOZIONE, LA JRE DI QUESTO MESE È, CON IL MARITO FILIPPO SAPORITO, CHEF DEL RISTORANTE FIORENTINO LA LEGGENDA DEI FRATI. DAL NOSTRO FOTOGRAFO HA PORTATO LA SUA ENERGIA, UN'IDEA DI CUCINA SENZA SPRECHI E PICI TIRATI A MANO. A PAGINA 34.

GUIDO CONTI

ROMANZIERE E SAGGISTA, TRAE SPESSO ISPIRAZIONE DA LUOGHI, PERSONAGGI E STORIE DELLA BASSA PADANA, LA SUA TERRA. HA DEDICATO NUMEROSI SCRITTI ALLA GENTE E ALLA CULTURA DEL PO, TRATTANDONE ANCHE LE TRADIZIONI GASTRONOMICHE. A PAGINA 40 PARLA DEI RITI LEGATI AL LUNEDÌ DELL'ANGELO.

indice delle ricette

APRILE 2021

Antipasti, pizze, focacce e torte salate

Biscottini agrodolci alle noci con mostarda di pompelmo rosa	56
Cestini con uova strapazzate su nidi di barbe di frate	56
Cuscus di Senatore Cappelli e di cavolfiore	18
Focaccette turche ai semi di sesamo	51
Frittata con verdure e prosciutto	106
Grissini express ai semi misti	56
Mini panini con agnello, peperoni e friggirelli	48
Panada	66
Pizza chiena rettangolare	44
Polpettine di legumi	18
Sandwich verdi	44
Scotch egg con la 'nduja	44
Tepsi	8
Torta agli asparagi	48
Tortiera di sarde e carciofi	113

Primi e piatti unici

Acqua cotta	74
Crespelle verdi al camembert	80
Guanciale in agrodolce	89
Gnocchi con calamari in bianco	103
Maltagliati con asparagi, burrata, pinoli e prosciutto	30
Millefoglie di fillo e asparagi	79
Paccheri Senatore Cappelli con ragù bianco di faraona	18
Pappardelle alle erbe e fiori con piselli e ricotta	30
Pici tirati mano con sugo espresso di coniglio e cipolle di Certaldo in agrodolce	36
Tagliatelle festonate con pancetta, fave e lime	33
Tagliatelle rosse alla barbabietola con salvia frita	30
Tagliolini verdi con vongole e limone	33
Timballo di scrippelle con asparagi e vellutata	57
Zuppa di asparagi al curry	79

Secondi

Abbacchio alla romana	67
Agnello farcito con carciofi su zabaione salato	19
Anteriore di agnello allo zafferano	66
Braciole di agnello con salsa alla menta	110
Filetto di maiale farcito al balsamico	86
Gratin di agnello con erbe e pancetta	67
Magatello in salsa mantovana	110
Pollo in agrodolce con ananas	105
Rotolo di agnello con le olive	67
Sformato di pesce con salsa al balsamico	110
Spezzatino di agnello con il panbollito	66
Tosone alla pancetta e balsamico	86
Trippa alla senese	74

Contorni, verdure e salse

Cipolle ripiene all'aceto balsamico	86
Salsa alla menta	109
Salsa all'aceto balsamico	109
Salsa mantovana	109

Dessert e bevande

Budini caramellati	98
Crema al Vin Santo con cantucci	19
Crostata al cioccolato	98
Cuzzupa calabrese	22
Palline con crema alla vaniglia	98
Schiacciata di Pasqua	74
Torta con mousse al limoncello e limoni canditi	93
Torta magica all'acqua di fiori d'arancio con fragole	48
Torta sbriciolata ai lamponi e pistacchi	98
Zuppa inglese Senatore Cappelli	19

Entra nel **GRANDE** mondo di **TIM UNICA**.

Hai la **FIBRA^E** con il **WiFi** certificato
dai nostri tecnici

Se hai anche
il mobile TIM

Giga illimitati per la famiglia

TIM

Negozi TIM | 187 | tim.it



LA TECNOLOGIA FTTH CON FIBRA ^E FINO A CASA È DISPONIBILE IN OLTRE 140 COMUNI. L'OFFERTA PUÒ ESSERE SOGGETTA A LIMITAZIONI TECNICHE DI VELOCITÀ E GEOGRAFICHE. VERIFICA PRIMA SU WWW.TIM.IT/VERIFICA-COPERTURA.

TIM UNICA: PER CLIENTI TIM FISSO E MOBILE. LINEA FISSA DOMICILIATA E LINEE MOBILI CON OFFERTA DATI GIÀ ATTIVA. GIGA ILLIMITATI IN REGALO PER CIASCUNA SIM FINO AD UN MASSIMO DI 6 SIM; 6 GB UTILIZZABILI NEI PAESI UE, AGGIUNTIVI RISPETTO A QUELLI PREVISTI DALL'OFFERTA DATI ATTIVA. TRAFFICO ILLIMITATO SOGGETTO AD USO LECITO E CORRETTO. PAGAMENTO DEGLI IMPORTI DELLE OFFERTE ATTIVE SULLE LINEE MOBILI, ADDEBITATI SULLA FATTURA DELLA LINEA FISSA, MEDIANTE IL SERVIZIO "TIM RICARICA AUTOMATICA" INCLUSO SU TUTTE LE LINEE MOBILI CHE ADERISCONO A TIM UNICA.



AZIENDA[®]
OLEARIA
DEL CHIANTI^{SRL}

*Le cose che amiamo si custodiscono
e poi si tramandano*

oleariadelchianti.com





Ci sono piatti di cui raramente si parla o che non si conoscono affatto. A parole come *gjimave*, *kulac*, *shëtridhlat*, *tepsi* e via dicendo è difficile dare un significato. Invece lo conoscono gli arbëreshë, ossia gli albanesi d'Italia: una minoranza linguistica formata da poco più di cinquanta comunità per un totale di circa 100 mila persone sparse tra Calabria, Sicilia, Basilicata, Puglia e anche Abruzzo. Della madre patria conservano tuttora orgogliosamente la lingua, una serie di usanze religiose (come il rito bizantino durante la messa) e hanno sviluppato una cucina di contaminazione che vanta qualche secolo: quando, a partire dall'inizio del '400 gruppi di cristiani ortodossi provenienti dall'Albania bizantina si insediarono in alcune zone del Mezzogiorno. Per primi arrivarono i soldati, chiamati a fornire i loro servizi militari, una volta da feudatari calabresi contro gli Angioini, un'altra a fianco degli Aragonesi, ottenendo, in cambio, di stanziarsi sul territorio con le loro famiglie. Un secolo dopo furono le persecuzioni religiose dei turchi a far fuggire la popolazione albanese verso l'Italia. Sette, otto ondate migratorie in totale che si conclusero alla metà

La tepsi e le altre

STORIA DI UNA CULTURA, NON SOLO GASTRONOMICA, E DI UNA COMUNITÀ, QUELLA ALBANESE IN ITALIA, CHE NON HA PERSO LA SUA ORIGINALITÀ

di Laura Maragliano, ritratto di Gian Marco Folcolini, foto del piatto di Francesca Moscheni, in cucina Claudia Compagni

del '700. Le famiglie si sistemarono dove c'era terra da coltivare, bestie da allevare o dove la manodopera era richiesta fondendosi con la popolazione locale e il cibo ha fatto da legante. Così, il *gjimave*, ossia cacio, uovo e agnello preparato negli ultimi giorni di Carnevale nei comuni albanofoni del Molise, non può non ricordare il pasquale "agnello cacio e ove". Il cugliaccio (*kulac*) dolce simbolico di San Costantino Albanese in Ba-

silicata, preparato in occasione di Pasqua o dei matrimoni con i suoi intrecci e la sua simbologia riporta alle cuddure, ai casatielli e alle cuzzupe (ve ne raccontiamo storia e ricette a pagina 20) o ai tanti dolci matrimoniali di cui la Calabria è ricca.

Un vero capolavoro di manualità sono le *shëtridhlat* ossia striglie: un panetto di acqua e farina lavorato così a lungo da formare un cerchio sottilissimo e lunghissimo di pasta che viene raccolto a gomito e ancora lavorato sino a formare delle tagliatelle e ricorda le più spesse "manate" lucane. Difficile da spiegare, ma uno spettacolo da guardare.

La comunità arbëreshë più a Nord è quella abruzzese, qui nel territorio di Pianella trovarono

ospitalità nel 1743 una ventina di famiglie provenienti dall'Epiro. Oggi a Villa Badessa, frazione del comune di Rosciano (Pescara), vive una coesa comunità di poco più di 300 anime e un'associazione culturale tiene vive le tradizioni, qui il piatto più tipico si chiama *tepsi*, come la teglia che contiene questa torta salata in cui la sfoglia ricopre un ripieno di spinaci, riso, cipolle e pinoli. Un erbazzone ante litteram? Chi lo sa, ma del piatto reggiano esiste una variante con il riso, cereale che nel '700 era coltivato anche nelle zone costiere dell'Abruzzo. È difficile capire come i piatti arbëreshë abbiano influenzato la cucina italiana o viceversa ma sicuramente raccontano la storia di un'immigrazione e poi di un'integrazione che ha portato contemporaneamente conservazione, contaminazione e innovazione.

TEPSI

MEDIA
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 1 ORA

250 g di farina 00 – 1,5 dl di vino bianco – olio extravergine d'oliva
per il ripieno 750 g di spinaci – 500 g di riso – 2 cipolle bianche – olio extravergine d'oliva – 1 tuorlo – sale

1 Impastate la farina con il vino e 20 ml di olio fino a ottenere una pasta liscia e morbida. Trasferitela in una ciotola, copritela con un foglio di pellicola e lasciatela riposare per 30 minuti.

2 Mondate gli spinaci, lavateli e cuoceteli con la sola acqua rimasta dal lavaggio e una presa di sale finché saranno appassiti. Scolateli e lasciateli raffreddare. Poi strizzateli e tritateli non troppo finemente. Sbucciate e tritate finemente le cipolle e fatele stufare dolcemente in una padella con 3 cucchiaini di olio finché saranno morbide. Salatele poco, lasciatele raffreddare e mescolatele con gli spinaci e il riso.

3 Foderate con carta da forno una teglia di di 28x22 cm. Stendete la pasta in una sfoglia sottile e disponetela nella teglia lasciandola sbordare. Aggiungete il ripieno agli spinaci e livellatelo con il dorso di un cucchiaio. Rifilate il bordo della pasta in modo che sia lungo

5 cm e ripieгатelo sul ripieno. Reimpastate gli scarti e stendeteli in una sfoglia sottile: ricavate 3 lunghe striscioline, intrecciatele e disponetele lungo il bordo interno della torta come cordone di completamento. Create a piacere altri decori (grappoli d'uva, foglie, fiori) con la pasta rimasta e disponeteli ad arte sul tepsi. Spennellate la pasta con il tuorlo e cuocete in forno caldo a 180° per 45 minuti.

Ricetta elaborata su quella pubblicata sul sito villabadessa.it



La tepsi deriva dall'albanese *byreck*, un tipico piatto di origine turca con tante varianti a base di verdure (spinaci, cipolle o patate), ricotta (di pecora), altri formaggi oppure carne macinata.



Le nostre **Golden Delicious** trasformano
una buona abitudine in una degustazione.



Ci sono mele che non hanno niente da nascondere e altre che invece racchiudono sotto la buccia un'esplosione di sapori. Val Venosta rivoluziona il mondo delle mele e promuove un'esperienza unica fatta di sapori, fragranze e dolcezza: ora tutta la scelta e la bontà delle nostre mele arriva direttamente a casa tua. Ma i segreti non finiscono qui: **scopri tutti nella Saporeria Val Venosta.**

lasaporeria.it



Pasqua *in Maremma*

UN ANGOLO DI CAMPAGNA
TOSCANA FUORI
DALLE ROTTE COMUNI.
PER TRASCORRERE UNA
GIORNATA PERFETTA
TRA RITMI SLOW E PIATTI
GENUINI, FATTI CON
INGREDIENTI DI QUALITÀ

testi di Paola Mancuso, foto di Laura Spinelli,
in cucina Livia Sala, styling di Stefania Aledi.
Si ringrazia lo chef Riccardo Zanni
per le ricette

Nella pagina
accanto, piatti
impilati Villa d'Este
Home Tivoli, piatto
finale ClaireLune
Ceramics, ciotola
Easy Life, tovaglioli
La Fabbrica del Lino.
Nella seconda foto,
tovaglia, ciotole,
brocca e vasi MVH,
piatti e bicchieri
acqua Villa d'Este
Home Tivoli.
Indirizzi
a pagina 114



Nell'entroterra del golfo di Follonica, chiuso tra i promontori di Piombino e dell'esclusiva Punta Ala, Massa Marittima è una cittadina adagiata su un colle che conserva un centro storico medievale tra i più belli dell'intera regione.

Ai suoi piedi, si stende la campagna dell'Alta Maremma, un paesaggio rurale tra mare e collina con appezzamenti di vigne e ulivi scanditi da pini e cipressi. È in questo territorio che Sale&Pepe ha scelto il menu di Pasqua preparato dalla Tenuta Il Cicalino, bucolica e sorprendente oasi di silenzio e di natura. Una location perfettamente in tema con la festività, perché nella vastissima tenuta di

320 ettari crescono 28mila ulivi, simbolo pasquale per eccellenza. Quelli coltivati nella tenuta, alcuni di oltre 60 anni, sono prevalentemente di varietà Leccino e Frantoio, cultivar squisitamente toscane, da cui l'azienda ricava un extravergine Toscano Igp con lo stesso nome, Tenuta Il Cicalino. Fruttato e di gusto molto armonico è l'olio a filiera cortissima utilizzato dallo chef del ristorante della tenuta, Riccardo Zanni, insieme ad altri prodotti del territorio, per preparare piatti schietti e genuini. Zanni è originario di Roma, dove ha lavorato in hotel prestigiosi e tenuto corsi nella scuola del Gambero Rosso, ma non ha esitato a trasferirsi al Cicalino, armi e bagagli, per occuparsi di una cucina che definisce "rurale moderna". La Maremma è un territorio ancora agricolo, spiega, e per i suoi menu può attingere a piene mani a materie prime genuine come verdure, formaggi di pecora prodotti dai "caciari" locali e, in stagione, cinghiale, ambita selvaggina della zona.

segue >



A destra, piatto verde Easy Life, piatto chiaro ClaireLune Ceramics, bicchiere Villa D'Este Home Tivoli, tovaglia MVH. In basso, piatto Easy Life, ciotolina ClaireLune Ceramics, bicchiere Villa D'Este Home Tivoli. Indirizzi a pagina 114



POLPETTINE DI LEGUMI

pag.18



CUSCUS DI SENATORE
CAPPELLI E DI CAVOLFIORE

pag.18





A tavola tra gli ulivi

Si arriva al ristorante del Cicalino con una piacevole passeggiata a piedi o con una delle biciclette che vengono noleggiate per andare alla scoperta dei dintorni attraverso una rete di percorsi controllati. La tavola per il pranzo pasquale è stata preparata nella veranda aperta sui campi soleggiati, i filari di ulivi sono a pochi passi. Ed ecco la prima sorpresa: invece di un antipasto freddo a base di pane 'sciapo', salumi e formaggi toscani, il preludio è affidato a due stuzzicanti piatti caldi. Il primo è composto da fragranti polpettine a base di legumi (fagioli, ceci e lenticchie), ingredienti tradizionalmente amatissimi in tutta la regione, rispettivamente al profumo di salvia, di cumino e di curry. Lo chef le prepara con uno speciale stampino utilizzato per i falafel mediorientali. Per smorzarne le note piccantine e aromatiche, le accompagna con una misticanza di freschissime erbe di campo dal gusto amarognolo, appena raccolte da una contadina di fiducia. Anche il secondo antipasto, il cuscus, arriva in tavola caldo al punto giusto.

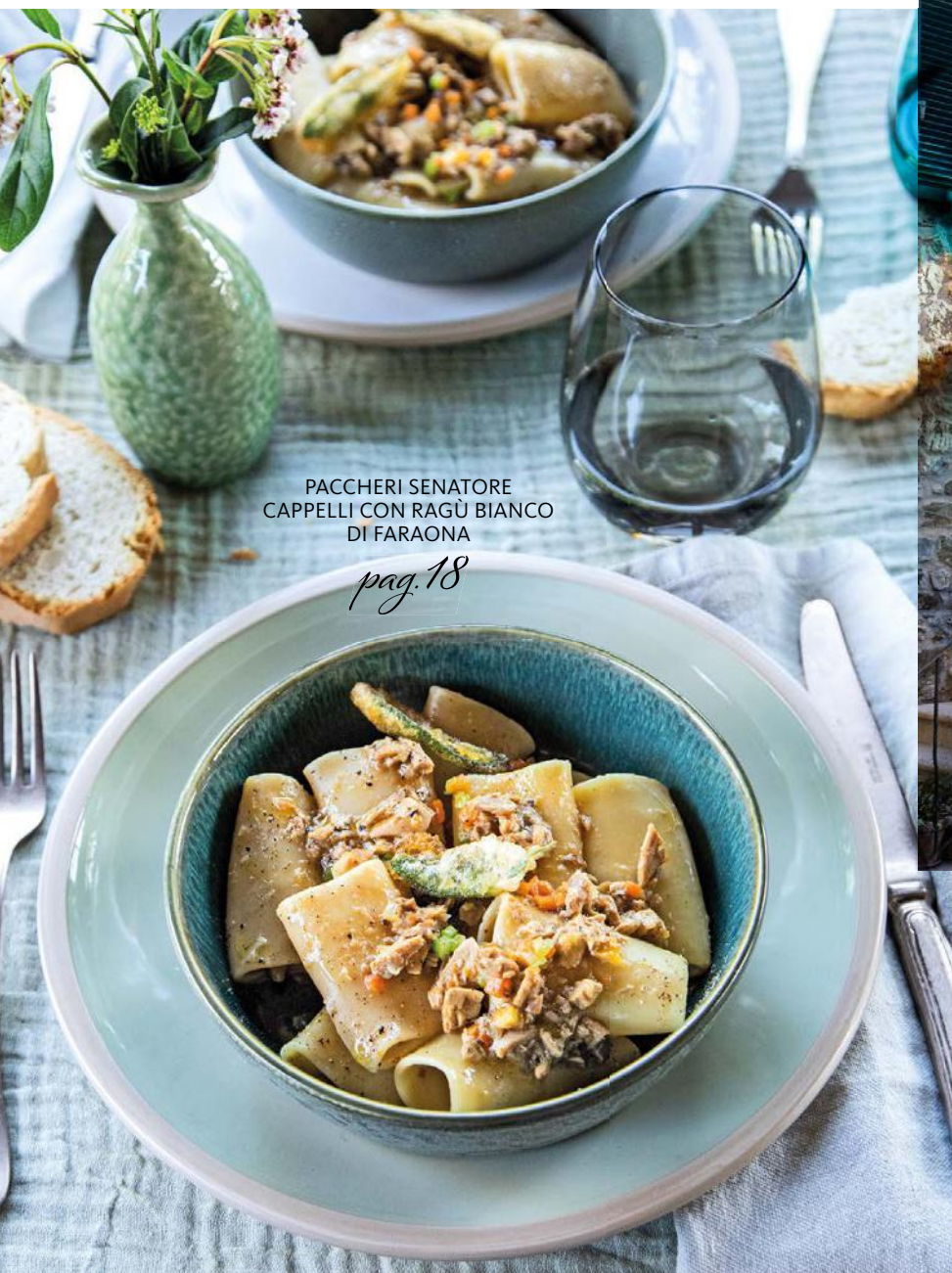
Per prepararlo, Riccardo Zanni ha utilizzato

BONTÀ DALL'ORTO

LO CHEF RICCARDO ZANNI FA GRANDE USO DI ERBE AROMATICHE E DI ORTAGGI. CON L'ARRIVO DELL'ESTATE, POTRÀ CONTARE SU PRODOTTI PARTICOLARI COME MELANZANE ROSSE E FAGIOLINI "STRINGHE".

la semola del pregiato grano duro Senatore Cappelli, che ha "incocciato" a mano e cotto al vapore con quattro passaggi successivi. Ugualmente paziente è stata la preparazione del cuscus di cavolfiore, sgranato finissimo e setacciato attraverso un colino a maglie fitte. Mixato a quello di semola, è stato poi condito con olio alle erbe aromatiche, pomodorini e cipollotti arrostiti e ricotta di pecora fresca, ovviamente di produzione locale, passata nel forno per asciugarla e quindi sbriciolata.

segue >



PACCHERI SENATORE
CAPPELLI CON RAGÙ BIANCO
DI FARAONA

pag. 18



A sinistra, tovaglia, vaso e ciotola MVH,
piatto e bicchiere acqua Villa d'Este Home
Tivoli, tovagliolo La Fabbrica del Lino.
A destra, tovaglia, vasi e brocca MVH,
piatti e bicchieri acqua Villa d'Este Home
Tivoli, tovagliolo La Fabbrica del Lino.
Indirizzi a pagina 114

Pasta e carne di qualità

Mentre terminiamo di gustare gli sfiziosi antipasti “etnico-toscani”, lo chef annuncia la prossima portata, un primo di pasta che necessariamente va cotta al punto e servita subito. La breve attesa è l'occasione per un brindisi con il rosso prodotto dalla tenuta, riservato agli ospiti. Presto arrivano i paccheri, formato non propriamente toscano, ma perfetto per accogliere ragù rustici come quello di faraona e porcini. Tutte le pastasciutte del Cicalino sono di semola di grano duro Senatore Cappelli, un'antica varietà italiana da poco recuperata per l'alta qualità e le virtù organolettiche: gusto intenso e aroma

che ricorda il pane cotto, sufficienti a rendere speciali anche primi più semplici di quello preparato dallo chef, arricchito da una delicata salsina di porro per dargli cremosità.

All'insegna della più classica tradizione pasquale, il secondo vede come protagonista la carne di agnello. Lo chef si è rivolto a un piccolo produttore locale che ancora alleva il pregiato agnello pomarancino (dal nome della località in provincia di Pisa), una rustica razza ovina autoctona tutelata anche da Slowfood e da un consorzio di produttori. Dagli agnelli, che crescono allo stato semibrado, si ricava una carne saporita e di buona consistenza, ottima



AGNELLO FARCITO CON
CARCIOFI SU ZABAIONE
SALATO

pag. 19



quando cucinata al forno. Ed è proprio così che l'ha preparata lo chef Zanni: dal taglio piatto della pancia, arrotolato su una farcia di carciofi violetti, ha ricavato un arrosto tenero e succulento che ha servito a fette spesse, adagiate su un intingolo di zabaione al parmigiano.

Nell'atmosfera di quiete agreste, dove si sentono solo i rumori della natura, il silenzio viene animato da un crescendo di voci. Preannuncia l'arrivo del colorato team di ciclismo, atleti che al Cicalino trovano una base ideale per i loro allenamenti tra le colline della zona e che possono contare sulla palestra e sul centro benessere della tenuta, oltre che 'ricaricarsi' con la sua cucina. *segue >*

MENU

Polpettine di legumi

PREPARATE LE POLPETTINE IL GIORNO PRIMA E TENETELE NEL FREEZER FINO AL MOMENTO DI FRIGGERLE.

Cuscus di Senatore Cappelli e di cavolfiore

IL CUSCUS DI SEMOLA PUÒ ESSERE FATTO IN ANTICIPO: CHIUDETELO IN SACCHETTINI, CONGELATELO E, QUANDO NECESSARIO, SCALDATELO A VAPORE O NEL MICROONDE.

Paccheri Senatore Cappelli con ragù bianco di faraona

PREPARATE IL RAGÙ IN ANTICIPO. LESSATE I PACCHERI SENATORE CAPPELLI FINO AL PUNTO GIUSTO DI COTTURA (15 MINUTI) E FATELI SALTARE VELOCEMENTE NEL RAGÙ.

Agnello farcito con carciofi su zabaione salato

ARROSTITE IL ROTOLO DI CARNE IL GIORNO PRIMA, FATELO RIPOSARE PER 10-15 MINUTI E TAGLIATELO A FETTE. SCALDATELE NEL FORNO PRIMA DI SERVIRLE.

Crema al Vin Santo con cantucci

PER SFORMARE LA CREMA, IMMERGETE GLI STAMPINI PER POCHI SECONDI IN ACQUA CALDA. I CANTUCCI POSSONO ESSERE PREPARATI IL GIORNO PRIMA.

Zuppa inglese Senatore Cappelli

PREPARATE IL PAN DI SPAGNA IN ANTICIPO. DURANTE LA PREPARAZIONE, LA BAGNA DI ALCHERMES POTREBBE FIAMMEGGIARE: COPRITE IL PENTOLINO CON UN COPERCHIO.



A destra, piatto Easy Life, piattino Serax, cucchiaino Mepra. In basso, piatti MVH, bicchieri Villa d'Este Home Tivoli. Indirizzi a pagina 114



CREMA AL VIN SANTO
CON CANTUCCI

pag. 19



ZUPPA INGLESE SENATORE
CAPPELLI

pag. 19

Dessert di tradizione

Mentre il team sportivo prende posto, il nostro pranzo volge al termine con due dolci di tradizione. Il primo è una crème caramel aromatizzata al Vin Santo, il dolce nettare toscano indissolubilmente legato agli arcinoti biscotti da inzuppo, i cantucci: appena sfornati, raccolgono la vellutata cremosità del budinetto per bocconi di indescrivibile goduria.

In alternativa, o come peccaminoso bis di gola, ci si arrende alla tentazione di un'altrettanto classica zuppa inglese – di cui la Toscana rivendica l'origine – ma ingentilita in monoporzioni: il pan di Spagna, fatto con semola di grano duro Senatore Cappelli, si colora del rosso e dell'aroma dell'Alchermes e diventa la soffice base di creme in due gusti.

Termina così il nostro pranzo, ma non la giornata. Per il suo prosieguito non c'è che l'imbarazzo della scelta: un po' di relax all'interno della tenuta, magari a bordo piscina, una puntata in una delle vicine, bellissime spiagge, oppure un tour d'arte nell'affascinante centro storico di Massa Marittima.



un piccolo mondo antico

PERCORRENDO UNA STRADINA CHE SI INSINUA TRA GLI ULIVETI, SI ARRIVA AL CANCELLO DELL'ANTICA VILLA PADRONALE DELLA TENUTA. UNA VOLTA VARCATO, SI SCOPRE UN MONDO AGRESTE CHE SUPERA OGNI ASPETTATIVA. L'AREA È VASTISSIMA, OLTRE 300 ETTARI DI NATURA SILENZIOSA DOVE CRESCONO PINI, OLEANDRI, CESPUGLI DI ESSENZE MEDITERRANEE, ULIVI. DELLA TENUTA FANNO PARTE SEI ANTICHI PODERI CON LE RISPETTIVE CASE COLONICHE, RISTRUTTURATE NEL RISPETTO DELLA LORO ORIGINARIA VOCAZIONE E OGGI RISERVATE ALL'OSPITALITÀ. "I PODERI ERANO PARTE DELL'AZIENDA AGRARIA DI PROPRIETÀ DELLA FAMIGLIA DI MIO MARITO FIN DAGLI INIZI DEL '900" SPIEGA ELISABETTA PASINATO, HOSPITALITY MANAGER DEL CICALINO. "A QUEL TEMPO L'AZIENDA

COMPRENDEVA CIRCA 1.000 ETTARI DI TERRENI E, TRA LE TANTE ATTIVITÀ, PRODUCEVA CEREALI, OLIO E VINO, CON UNA CANTINA AUTONOMA. NEL CORSO DEGLI ANNI '50 FU RIDIMENSIONATA E AFFIDATA AD ALTRI, FINCHÉ NEL 1995 IO E MIO MARITO, ANCORA GIOVANISSIMI, DECIDEMMO DI FAR RIVIVERE IL CICALINO". CON SEI PISCINE, PALESTRA E CENTRO BENESSERE, OGGI LA TENUTA È IDEALE ANCHE PER SOGGIORNI SPORTIVI, CON PERCORSI TREKKING E CICLISTICI. "SONO ITINERARI CHE FANNO PARTE DELLA NOSTRA OFFERTA ESPERENZIALE" CONCLUDE ELISABETTA PASINATO. "A CHI CHIEDE SE DI SERA ORGANIZZIAMO ATTIVITÀ DI ANIMAZIONE, RISPONDO CHE LA NOSTRA 'ANIMAZIONE' È IL CIELO STELLATO".

WHAT IS AVAXHOME?

AVAXHOME-

the biggest Internet portal,
providing you various content:
brand new books, trending movies,
fresh magazines, hot games,
recent software, latest music releases.

Unlimited satisfaction one low price

Cheap constant access to piping hot media

Protect your downloadings from Big brother

Safer, than torrent-trackers

18 years of seamless operation and our users' satisfaction

All languages

Brand new content

One site

AVX LIVE . ICU

AvaxHome - Your End Place

We have everything for all of your needs. Just open <https://avxlive.icu>



LIVING PASQUA IN MAREMMA

POLPETTINE DI LEGUMI

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 1 ORA E 25 MINUTI
520 CAL/PORZIONE

per le polpettine di ceci 180 g di ceci secchi già ammollati – 1 spicchio d'aglio – 1 rametto di rosmarino – 60 g di pancarré – 1 uovo – 1 cucchiaino di cumino – panko
per le polpettine di fagioli 180 g di fagioli secchi già ammollati – sedano, carota, cipolla – 60 g di pancarré – 1 uovo – 1 foglia di salvia – pangrattato
per le polpettine di lenticchie 180 g di lenticchie già ammollate – 60 g di pancarré – 1 uovo – 1 cucchiaino di curry – semola di grano duro Senatore Cappelli
per la preparazione olio di semi per friggere – olio extravergine d'oliva – sale – pepe – erbe di campo

1 Lessate separatamente i ceci e i fagioli, partendo da acqua fredda; i primi con aglio e rosmarino, i fagioli con sedano, carota e cipolla mondati. Dopo 40 minuti salate, cuocete per altri 20 minuti e lasciateli freddare nell'acqua di cottura. Sgocciolateli e togliete gli aromi. Frullate metà dei ceci con il pancarré, l'uovo, il cumino e poco sale fino ad avere un composto omogeneo; aggiungete i restanti ceci e frullate brevemente in modo che restino in pezzi. Frullate metà dei fagioli con il pancarré, l'uovo, la salvia e un pizzico di sale; aggiungere i restanti fagioli e frullate. Fate raffreddare in frigo i due composti per 1 ora. Formate tante polpettine e passatele nel panko quelle di ceci e nel pangrattato quelle di fagioli.
2 Lessate le lenticchie per 25 minuti, salate e cuocete per altri 10 minuti. Frullatene metà con il pancarré, l'uovo, il curry e sale; aggiungete le restanti, mettete in frigo, formate le polpettine e passatele nella semola.
3 Friggete le polpettine in olio di semi ben caldo (160°). Servitele con le erbe di campo condite con un filo d'olio extravergine e sale.

CUSCUS DI SENATORE CAPPELLI E DI CAVOLFIORE

ELABORATA
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 1 ORA E 10 MINUTI
COTTURA 1 ORA E 35 MINUTI
340 CAL/PORZIONE

150 g di semola di grano duro Senatore Cappelli – 1 cavolfiore da 1 kg circa – 300 g di pomodorini – 4 cipollotti di Tropea – 20 g di zucchero – 1 grosso ciuffo di erbe aromatiche miste (menta, rosmarino, maggiorana, timo) – 100 g di ricotta di pecora – 80 ml di olio extravergine d'oliva – sale

1 Mettete la semola in un largo piatto fondo, bagnate con qualche cucchiaino d'acqua salata e lavorate con i polpastrelli in modo da farla assorbire senza formare grumi; ripetere il procedimento fino a ottenere tanti granellini (circa 40 minuti). Cuocete la semola a vapore per 15 minuti, mettetela di nuovo nel piatto e, con le mani bagnate d'acqua fredda, sgranatela con cura. Ripetete l'operazione per 4 volte, fino a che il cuscus sarà gonfio.
2 Con l'aiuto un coltellino ricurvo tagliate la parte superficiale del cavolfiore, ricavando tanti granellini. Cuoceteli a vapore per 4-5 minuti, poi sgranateli.
3 Fate sgocciolare bene la ricotta in un colino, mettetela in una teglia e infornatela a 160° per 20 minuti, o fin quando avrà perso l'acqua e sarà abbastanza dura.
4 Tagliate i pomodorini a metà e metteteli su una teglia foderata con carta da forno. Unitevi i cipollotti tagliati a striscioline, cospargete il tutto con lo zucchero e una presa di sale e infornate a 240° per 8 minuti circa. Tritate grossolanamente le erbe aromatiche e frullatele rapidamente con l'olio. Condite il cuscus di semola con l'olio alle erbe, aggiungete il cuscus di cavolfiore, mescolate poco e completate con le verdure e la ricotta sbriciolata.

PACCHERI SENATORE CAPPELLI CON RAGÙ BIANCO DI FARAONA

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 2 ORE
570 CAL/PORZIONE

500 g di paccheri di grano duro Senatore Cappelli – 1/2 faraona – 1 foglia d'alloro – 1 carota – 1 costa di sedano – 1/2 cipolla – 2 tazze di brodo – 30 g di porcini secchi – 2 porri (circa 400 g) – 500 ml di latte – 80 g di parmigiano reggiano Dop – olio extravergine di oliva – sale – pepe

1 Passate la faraona sulla fiamma, lavatela e asciugatela. Mettete a bagno i funghi in acqua tiepida per 1 ora. Scaldare in un tegame poco olio con l'alloro, levatelo, unite la faraona e fatela rosolare su tutti i lati. Salate, pepate poi versate il brodo caldo, coprite e cuocete per circa 40 minuti. Fate intiepidire, spolate la carne e tritatela grossolanamente a coltello. Pulite il sedano, la carota e la cipolla e tagliateli a cubettini; fateli rosolare in un filo d'olio, unite la polpa di faraona, il suo fondo di cottura e l'acqua dei funghi filtrata. Cuocete per 15 minuti, aggiungete i porcini, regolate di sale e cuocete per altri 10 minuti.
2 Scartate la foglia esterna dei porri e la parte verde. Affettateli sottili, metteteli a bagno in una ciotola d'acqua e scolateli. Fateli bollire in acqua e poco latte, dopo 5 minuti scolateli e cuoceteli di nuovo con acqua e poco latte per 5 minuti; scolate e ripetete l'operazione. Dopo la terza bollitura, cuoceteli in solo latte per 10 minuti. Scolateli, salateli e frullateli.
3 Lessate i paccheri in acqua salata in ebollizione, scolateli e passateli nel tegame con il ragù di faraona. Distribuite sul fondo dei piatti la salsa di porro, disponetevi sopra i paccheri e completate con il parmigiano grattugiato.

I PRODOTTI LE STAGIONI D'ITALIA

I LEGUMI, LA PASTA E LA SEMOLA DI **GRANO DURO SENATORE CAPPELLI** UTILIZZATI PER LE RICETTE DEL SERVIZIO SONO PRODOTTI DE LE STAGIONI D'ITALIA, CHE NE GARANTISCE L'ALTA QUALITÀ SU TUTTA LA FILIERA: 100% ITALIANI, VENGONO COLTIVATI NELLE ZONE PIÙ VOCATE SEGUENDO METODI SOSTENIBILI E CONTROLLATI IN TUTTE LE FASI DEL PROCESSO DI LAVORAZIONE, FINO ALLA DISTRIBUZIONE.



AGNELLO FARCITO CON CARCIOFI SU ZABAIONE SALATO

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 1 ORA
400 CAL/PORZIONE

1 pancia di agnello disossata (circa 1 kg) – 8 carciofi violetti – 2 spicchi d'aglio – menta – 1 limone – olio extravergine di oliva – olio di semi per friggere – sale – pepe
per lo zabaione 6 tuorli – 70 g di parmigiano reggiano Dop – 20 g di burro – 180 g di brodo vegetale – sale

1 Mondate 6 carciofi, tagliateli in 4 e tuffateli in una ciotola d'acqua e limone. In un tegame fate dorare l'aglio spellato in poco olio extravergine, aggiungete i carciofi ben sgocciolati, qualche foglia di menta e salate. Coprite e cuocete per 10-15 minuti. Lasciate raffreddare.

2 Stendete la carne su un tagliere, salate, pepate e farcitela con i carciofi; arrotolatela e legatela. Ungetela d'olio, salate, pepate e infornate a 200° per 25 minuti.

3 Intanto, pulite i carciofi rimasti, affettateli fini e immergeteli in acqua e ghiaccio. Scaldete l'olio di semi a 140° e friggetevi i carciofi ben sgocciolati. Scolateli su carta assorbente e salateli.

4 Sbattete i tuorli con il parmigiano grattugiato, il burro fuso e un pizzico di sale. Cuocete a bagnomaria, versando il brodo gradualmente e sbattendo di continuo. Raggiunta la giusta consistenza, togliete dal fuoco e sbattete per 1 minuto. Distribuite lo zabaione nei piatti, adagiatevi l'agnello a fette e completate con i carciofi fritti e foglie di menta.

CREMA AL VIN SANTO CON CANTUCCI

MEDIA
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 50 MINUTI
440 CAL/PORZIONE

2 tuorli (30 g) – 40 g di zucchero – 120 ml di Vin Santo – 125 ml di panna fresca – 3 g di gelatina in fogli – scorza di arancia + cannella – sale
per il caramello 60 g di zucchero

– 80 ml di Vin Santo – 10 g di burro
per i cantucci 150 g di farina tipo 0 – 1 uovo – 140 g di zucchero – 80 g di mandorle – 3 g di lievito per dolci – scorza di agrumi grattugiata – sale – 1 tuorlo per lucidare

1 Per la crema, mettete la cannella e le scorze in infusione nel Vin Santo. Ammollate la gelatina in acqua fredda. In una bastardella montate i tuorli con un pizzico di sale e metà dello zucchero. Fate sobbollire il Vin Santo con lo zucchero rimasto e gli aromi dell'infusione, poi toglieteli. Tenete da parte 1 tazzina di vino e versate a filo quello rimasto, ben caldo, nel mix di tuorli, continuando a montare. Sciogliete la gelatina nel vino tenuto da parte e aggiungetelo ai tuorli montati, frustando energicamente. Versate in stampini di alluminio freddi e trasferiteli in freezer 30 minuti, poi in frigo per almeno 4 ore.

2 Per il caramello, versate lo zucchero in un pentolino con 15 ml d'acqua e scaldate su fiamma media; quando sarà color miele, levate dal fuoco e aggiungete il Vin Santo tutto in una volta. Riportate su fuoco dolce e fate sciogliere lo zucchero che si sarà cristallizzato. Togliete dal fuoco, attendete 3 minuti, poi incorporate il burro.

3 Per i cantucci, mescolate l'uovo con la scorza grattugiata, un pizzico di sale e lo zucchero. Setacciare la farina con il lievito e impastatela con il mix di uovo. Incorporate le mandorle e formate un filoncino di 3 cm di larghezza. Mettetelo in una teglia foderata con carta forno e infornate a 180° per 16 minuti. Sforatelo, spennellatelo con il tuorlo, poi tagliatelo a fette di 1,5 cm. Infornatele a 160° per 10 minuti. Sformate la crema, cospargetela con il caramello preparato e servite con i cantucci.

ZUPPA INGLESE SENATORE CAPPELLI

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 1 ORA
570 CAL/PORZIONE

per il pan di Spagna 5 uova medie (310 g) – 120 g di semola rimacinata di grano duro Senatore Cappelli – 35 g di amido di mais – 15 g di miele

– 140 g di zucchero – 2 g di sale – 1/2 cucchiaino di scorza grattugiata di limone – burro e farina per lo stampo
per la bagna 50 g di Alchermes – 20 g di zucchero
per le due creme pasticcere 6 tuorli – 500 ml di latte fresco – 90 g di zucchero – 55 g di amido di mais – 1 baccello di vaniglia – 10 g di cacao amaro – sale

1 Montate le uova con lo zucchero, il sale e il miele fino ad avere un composto spumoso e denso. Setacciate la semola con l'amido e la scorza di limone; amalgamateli gradualmente al composto di uova, mescolando delicatamente con una spatola. Trasferite in una teglia rotonda di circa 25 cm di diametro imburata e infarinata e cuocete nel forno statico già caldo a 180° per 40 minuti.

2 Intanto, preparate le creme. Sbattete 3 tuorli con 45 g di zucchero, unite 30 g di amido, i semini del baccello di vaniglia e mescolate. Portate a ebollizione 250 ml di latte con un pizzico di sale. Stemperatelo nel composto di tuorli, rimettete su fiamma moderata e portate a ebollizione. Trasferite in un altro contenitore, coprite con pellicola e lasciate intiepidire. Fate raffreddare in frigo, poi lavorate con una frusta e trasferite in un sac à poche. Per la crema al cioccolato, setacciate il cacao con l'amido rimasto e procedete nello stesso modo con gli ingredienti restanti.

3 Versate in un pentolino 100 ml d'acqua con l'Alchermes e lo zucchero; fate bollire per 3 minuti e lasciate raffreddare la bagna. Con l'aiuto di un coppapasta di circa 4x8 cm tagliate il pan di Spagna a rettangoli e spennellateli con la bagna preparata. Trasferiteli sui piatti e guarnite con ciuffi delle 2 creme preparate.

BERE GIUSTO

GLI ANTIPASTI DI POLPETTINE SPEZiate E CUSCUS SONO STATI ACCOSTATI A UN VINO RICAVATO DA **UVE SANGIOVESE** AL 100% COLTIVATE NELLA TENUTA: IL CICALINO, ROSSO E FRUTTATO, DELLA DOC TOSCANA MONTEREGIO DI MASSA MARITTIMA. PER ACCOMPAGNARE CARNI COME IL RAGÙ DI FARAONA E L'AGNELLO È STATO SCELTO UN ALTRO ROSSO PRODOTTO DALLA TENUTA, IL FEDERICO V, A BASE DI **CABERNET FRANC**, IL PRINCIPALE VITIGNO COLTIVATO NEI TERRENI DEL CICALINO. TRA I DOLCI, LA CREMA AL VIN SANTO CHIAMA LO STESSO NETTARE, CON LA ZUPPA INGLESE SI PUÒ PROVARE UN VERMOUTH O, PER CONTRASTO, IL CAFFÈ, PER BILANCIARE LA PRESENZA DELL'ALCHERMES.



CUZZUPA CALABRESE

UN DOLCE ANTICO, SEMPLICE
MA FORTEMENTE SIMBOLICO,
IMMANCABILE PER PASQUA

di Paola Mancuso, in cucina Livia Sala,
foto di Laura Spinelli,
scelta del vino di Sandro Sangiorgi



Di forma perfetta, con un guscio fragile che racchiude il mistero della vita: da sempre l'uovo è emblema di rinascita, comune a tutte le civiltà antiche, che lo vedevano protagonista di miti e riti per celebrare l'equinozio di primavera, l'atteso inizio della stagione feconda. Nel Medioevo, questo significato radicato e profondo è stato raccolto dal cristianesimo che vi ha riconosciuto la perfetta rappresentazione della resurrezione di Cristo e della Pasqua. Così, entrò nelle usanze donare uova di gallina benedette, ben prima di quelle al cioccolato che conosciamo oggi, comparse solo nell'Ottocento e comunque all'epoca privilegio per pochi.

È quindi a un tempo remoto che vanno fatti risalire i dolci rituali di Pasqua che vedono la presenza di uova in guscio incastonate in una base di pasta. Ricette che sono sopravvissute in special modo nelle nostre regioni del Sud, con una chiara matrice comune, dalla Sicilia alla Puglia, passando dalla Basilicata. In Calabria, il dolce pasquale per antonomasia è la cuzzupa, il termine più diffuso, che viene fatto risalire all'arabo *khubz* (pane); nel Reggino il nome diventa cuddura o cudduraci, e in questo caso deriverebbe dal greco *kollura* (corona), senonché nel Cosentino è cuculi (dal latino), forse in riferimento al nido dell'omonimo uccellino. Quali che siano gli etimi, tutti riportano a una sorta di pane dolce, spesso chiuso a ciambella. Come molte preparazioni di tradizione contadina, è a base di pochi ingredienti: una frolla impastata con strutto o, in alternativa, olio d'oliva (il burro è rimasto a lungo prerogativa della cucina del Nord), con l'aggiunta di scorza di limone, l'aroma più facilmente disponibile.

Per rendere speciale questo pane dolce di grande semplicità, le donne si cimentavano nell'intrecciarlo o modellarlo in forme fantasiose ed evocative (cestini, pupi in fasce, pesci, colombe) nelle quali incastonavano uno o più uova intere, purché sempre in numero dispari, e a crudo, perché si sareb-

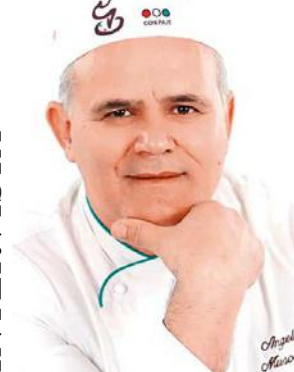
bero poi rassodate con la cottura nel forno. A volte si rifiniva il dolce con l'annaspro, cioè glassa bianca, e una pioggia di codine colorate. Oltre alla forte simbologia liturgica, la cuzzupa ne aveva anche una laica e popolare. La tradizione prevedeva infatti di prepararne una per ciascun membro della famiglia, di forma e grandezza a seconda dell'età e con un numero di uova rapportato all'importanza del suo ruolo, come forma di rispetto. Nel caso poi il dolce fosse destinato al fidanzato della figlia, le uova assumevano un significato preciso, come recita il detto "cu' nova rinnova, cu' setta s'assetta", ovvero con nove uova la promessa è rinnovata, con sette il futuro genero si siede, cioè il matrimonio è vicino. Nella tradizione grecanica si dice che la fidanzata ne facesse omaggio al fidanzato nel giorno di Pasqua, e il numero delle uova era indice della ricchezza della famiglia.



BERE GIUSTO

QUESTO DOLCE CONTIENE UNA PARTICOLARITÀ, LE UOVA INTERE, GUSCIO COMPRESO. LA LORO PRESENZA NON INFLUENZA IL NOSTRO ACCOSTAMENTO, VISTO CHE NON È DETTO VENGANO MANGIATE INSIEME AL DOLCE. SULLA CUZZUPA SERVIAMO UN MANTONICO PASSITO PRODOTTO IN MODO NATURALE DA SANTINO LUCÀ A BIANCO, NELLA LOCRIDE, UN TRATTO DELLA COSTA IONICA REGGINA CONOSCIUTO COME "RIVIERA DEI GELSOMINI". QUESTO LIQUIDO DAL COLORE AMBRATO ESIBISCE PROFUMI DI FRUTTA SECCA ED ERBE MEDITERRANEE; IL SUO SVILUPPO SULLA LINGUA NON È LEGATO SOLO ALLA DOLCEZZA E RIVELA UN'ENERGIA DIFFUSA, ADATTA A SUPERARE LA TENACIA DELLA COPERTURA E SCIOGLIERE LA CONCRETEZZA DELLA PASTA, COSÌ DA RICEVERE QUEL SENTIMENTO DI FUSIONE CHE INCARNA IL SENSO RELIGIOSO DELLA RICETTA.

INTERVISTA



I consigli dell'esperto

IL MAESTRO PASTICCIERE ANGELO MUSOLINO È PRESIDENTE DELL'APAR (ASSOCIAZIONE PASTICCIERI ARTIGIANI REGGINI), NATA NEL 1995 CON L'OBIETTIVO DI OFFRIRE DOLCI DI ALTA QUALITÀ E DI TUTELARE L'ANTICA TRADIZIONE DOLCIARIA CALABRESE. LA PASTICCERIA DI MORABITO (PASTICCERIA LAMIMOSA.IT), APERTA A REGGIO CALABRIA NEL 1992, OFFRE SPECIALITÀ DI PROPRIA CREAZIONE COME LA BERGAMOTTA, A BASE DELL'ECCELLENTI AGRUME LOCALE, OLTRE A TIPICITÀ DEL TERRITORIO, COME I PETRALI, CON MOSTO COTTO, LA PIGNOLATA GLASSATA E I CUDDURACI (IL NOME PIÙ DIFFUSO NEL REGGINO PER LE CUZZUPE).

I CUDDURACI SONO ANCORA APPREZZATI?

SÌ, MOLTISSIMO. UN TEMPO VENIVANO PREPARATI IN CASA, ORA VENGONO ACQUISTATI IN PASTICCERIA, MA LA TRADIZIONE DI GUSTARLI A PASQUA E PASQUETTA È ANCORA MOLTO VIVA, NON DEVONO MAI MANCARE.

LEI COME LI PREPARA?

IN DIVERSI FORMATI, DAI 200 G, CHE CUOCIONO IN 15 MINUTI, A 1 KG DI PESO. AROMATIZZO LA PASTA FROLLA CON SCORZA DI LIMONE E UN PO' DI VERMOUTH. COME GRASSO UTILIZZO UN MIX DI STRUTTO E BURRO, IN MODO DA OTTENERE UNA CONSISTENZA PIÙ FRIABILE RISPETTO A QUELLA MORBIDA FATTA CON IL SOLO STRUTTO. FACCIO RASSODARE LE UOVA PRIMA DI INSERIRLE NELLA BASE. PER GUARNIRE, SPENNELLO D'UOVO E COMPLETO CON CONFETTINI.

COME SI GUSTANO?

DI SOLITO A FINE PASTO, ACCOMPAGNATI DA UN LIQUORE DOLCE. SONO OTTIMI ANCHE COME BISCOTTO DA INZUPPO, SERVITI CON LATTE O TÈ.

GLI INDIRIZZI DI SALE&PEPE

ALCUNI LOCALI DEL TERRITORIO CHE OFFRONO QUESTA E ALTRE SPECIALITÀ TRADIZIONALI.

GRAN CAFFÈ RENZELLI

Corso Telesio 46, Cosenza, tel. 098426814
NELLA CITTÀ VECCHIA, A DUE PASSI DALLA CATTEDRALE, È UNO STORICO LOCALE APERTO PIÙ DI 200 ANNI FA, DALLA FAMIGLIA RENZELLI. OFFRE PASTICCERIA ARTIGIANALE DI QUALITÀ: TORRONCINI DI TUTTI I TIPI, PITTA 'MPIGLIATA (FARCITA CON FRUTTA SECCA, UVA PASSA, MIELE E SPEZIE), VARCHIGLIA ALLA MONACALE (RICETTA ESCLUSIVA, FATTA CON PASTA FROLLA, MANDORLE E COPERTURA DI CIOCCOLATO), SUSUMELLI (DOLCETTI RICOPERTI DI CIOCCOLATO), MOSTACCIOLI E, PER PASQUA, CUZZUPE.

ANTICA PANETTERIA MONDERA

Via Panebianco 174, Cosenza, tel. 098434356
STORICO PANIFICIO DI FAMIGLIA, ARRIVATO ALLA QUARTA GENERAZIONE. OFFRE PANI, FRESE, TARALLI E DOLCI TRADIZIONALI: CROCETTE DI FICHI CON NOCI E MIELE, SCALILLE (BISCOTTI AL MIELE), CUDDURIEDDI (CIAMBELLINE FRITTE). PER PASQUA, CUCULI (CUZZUPE) DOLCI O SALATI.

PASTICCERIA MORELLI

Piazza Messina 3, Crotone, tel. 096227333
ALLA PASTICCERIA CLASSICA AFFIANCA SPECIALITÀ DEL TERRITORIO: PITTA 'NCHIUSA (O 'MPIGLIATA), SUSUMELLI AL CIOCCOLATO E CUZZUPE.

PANIFICIO LATELLA

Via Nazionale 102/a, Pellaro (Reggio Calabria)
POCO FUORI CITTÀ, OFFRE PANI DI QUALITÀ, PIZZE, FOCACCE, ROSTICCERIA E DOLCI DI TRADIZIONE: PIGNOLATA (BOCCONCINI DI PASTA FRITTI E RICOPERTI DI CIOCCOLATO O MIELE), PIPARELLE (BISCOTTI SECCHI CON MANDORLE E MIELE), PETRALI (DOLCETTI DI FROLLA RIPIENI DI FRUTTA SECCA), PASTE DI MANDORLE AL BERGAMOTTO. PER PASQUA, CUDDURACI (LE CUZZUPE).



CUZZUPA CALABRESE

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 30 MINUTI

500 g di farina – 3 uova – 100 g di strutto
– 200 g di zucchero – 1 bustina di lievito per dolci
– 70 ml di latte fresco – la scorza grattugiata
di 1 limone non trattato – sale per guarnire:
3 uova lavate e asciugate – 1 albume
– confettini colorati

- 1 Setacciate la farina con il lievito, disponendola a fontana sulla spianatoia.
- 2 Mettete all'interno dell'incavo le uova leggermente sbattute con lo zucchero, la scorza di limone, lo strutto e un pizzico di sale. Impastate, versando poco per volta il latte, fino ad ottenere un composto liscio e omogeneo. Avvolgetelo in pellicola e mettetelo in frigo per 1 ora.
- 3 Riprendete l'impasto, tenetene da parte circa 90 g e dividete il rimanente in 3 parti. Con questi, formate 3 filoncini di uguale spessore e lunghezza.
- 4 Formate una treccia, chiudetela a ciambella e sigillate le estremità.



5 Trasferitela sulla placca foderata con carta da forno e disponetevi sopra le 3 uova intere pulite e con il guscio, a distanza regolare e pressandole leggermente.

6 Ricavate dall'impasto tenuto da parte un cordoncino sottile, tagliatelo in 6 pezzi e disponeteli a croce, 2 a 2, sulle uova, in modo da fissarle al dolce. Spennellate la superficie della cuzzupa con l'albume.

7 Cospargetevi i confettini colorati e cuocete nel forno statico già caldo a 180° per 30 minuti circa, o fino a quando il dolce sarà di colore dorato. Sfornate la cuzzupa e lasciatela raffreddare. Avvolta in pellicola, si conserva per 5-7 giorni.



Bella Vita
Vivere accogliente

Bel Pic-nic!

BBQ ed è festa all'aria aperta!

Comanda quello che ha il grembiule!
Lasciate cucinare lo chef più stiloso che c'è
e rilassatevi sul telo da pic-nic...
Per gli amanti del BBQ, un'intera collezione
dedicata a loro: guanti, presine, canovacci,
grembiule e cappello da chef.
Buona grigliata!



Bella Vita
Vivere accogliente

Questa è la collezione BBQ
SCOPRI LE ALTRE NELLO SHOP ONLINE

SEGUICI  

www.bellavitastore.it

pasta fresca *di primavera*

RAFFINATI DECORI CON ERBE O PETALI
DI FIORI, PENNELLATE DI COLORE E INGREDIENTI
SFIZIOSI RINNOVANO UN GRANDE CLASSICO

a cura di Marina Cella, ricette di Livia Sala, foto di Stefania Giorgi, styling di Sara Farina

PAPPARDELLE ALLE ERBE E
FIORI CON PISELLI E RICOTTA

pag. 30



MALTAGLIATI CON
ASPARAGI, BURRATA, PINOLI
E PROSCIUTTO

pag. 30



TAGLIATELLE ROSSE ALLA
BARBABIETOLA CON SALVIA
FRITTA

pag. 30



TAGLIOLINI VERDI CON
VONGOLE E LIMONE

pag. 33





TAGLIATELLE FESTONATE
CON PANCETTA, FAVE E LIME

pag. 33



PAPPARDELLE ALLE ERBE E FIORI CON PISELLI E RICOTTA

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 45 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 20 MINUTI
570 CAL/PORZIONE

400 g di farina 00 + quella per il piano di lavoro – 4 uova medie – una manciata di fiorellini eduli – una manciata di foglioline di erbe aromatiche miste (prezzemolo, basilico, maggiorana ecc.) – 120 g di piselli freschi già sgranati – 2 cipollotti – 100 g di ricotta – 20 g di burro – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Fate una fontana con la farina, sgusciate al centro le uova, sbattetele leggermente e iniziate a incorporare poca farina alla volta con una forchetta. Continuate a lavorare con la punta delle dita fino a quando si formerà un impasto disomogeneo. Quindi impastate a piene mani fino a ottenere un composto liscio; formate una palla e fatela riposare per 30 minuti nella pellicola.

2 Riprendete la pasta, appiattitela un po' con le mani e stendetela in strisce sottili con la macchinetta al penultimo spessore; spennellate metà delle strisce con poca acqua e distribuitevi i petali di fiori (tenendone qualcuno da parte) e le foglioline di erbe. Coprite con le strisce rimaste, fatele aderire bene con le mani e passatele ancora 1-2 volte tra i rulli, infarinandole leggermente. Stendetele e ricavate delle larghe pappardelle con una rotella tagliapasta.

3 Fate appassire i cipollotti affettati in un tegame con il burro, un filo di olio e sale; unite i piselli e lasciate insaporire per una decina di minuti, bagnando con un mestolino di acqua bollente. Unite la ricotta e stemperatela se necessario con poca acqua.

4 Nel frattempo tuffate le pappardelle in abbondante acqua bollente salata, poi scolatele al dente e rovesciatele nel tegame con il condimento: mescolate bene, pepate e guarnite con i petali tenuti da parte.

MALTAGLIATI CON ASPARAGI, BURRATA, PINOLI E PROSCIUTTO

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 45 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 15 MINUTI
750 CAL/PORZIONE

300 g di farina 00 + quella per il piano di lavoro – 100 g di semola rimacinata di grano duro – 2 uova + 6 tuorli – 12 asparagi – 160 g di burrata – 2 tuorli sodi – 80 g di prosciutto crudo – 60 g di pinoli – 1 mazzetto di timo – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Sgusciate le uova in una ciotola e sbattetele leggermente con i 6 tuorli. Fate una fontana con le due farine e versatevi al centro il composto di uova preparato. Iniziate a incorporare poca farina alla volta con una forchetta, poi lavorate con la punta delle dita fino a quando si formerà un impasto disomogeneo. A questo punto impastate a piene mani per almeno 10 minuti, fino a ottenere un composto liscio ed elastico: formate una palla, avvolgetela con la pellicola e lasciate riposare per 30 minuti in luogo tiepido.

2 Riprendete la pasta, appiattitela un po' con le mani e stendetela più volte tra i rulli della macchinetta fino allo spessore che preferite. Stendetela sul piano di lavoro e con una rotella tagliapasta ricavate dei maltagliati.

3 Mondate gli asparagi privandoli della parte più dura, tagliateli a pezzetti e cuoceteli in un tegame con un filo di olio, qualche fogliolina di timo e un pizzico di sale a fiamma piuttosto vivace; aggiungete anche il prosciutto a pezzetti e fatelo diventare croccante. Tostate a parte i pinoli in un padellino senza condimento, muovendoli continuamente. Schiacciate i tuorli sodi col dorso di un cucchiaino attraverso un setaccio.

4 Cuocete i maltagliati in una pentola con abbondante acqua salata, quindi scolateli e rovesciateli nel tegame; unite la burrata a pezzetti, mescolate e completate cospargendo con i pinoli, i tuorli sodi e una macinata di pepe a piacere.

TAGLIATELLE ROSSE ALLA BARBABIETOLA CON SALVIA FRITTA

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 45 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 10 MINUTI
700 CAL/PORZIONE

400 g di farina 00 + quella per il piano di lavoro – 1 uovo + 3 tuorli – 100 g di polpa di barbabietola cotta già frullata – 1 cucchiaino di paprica – 120 g di olive Taggiasche sott'olio – 1 mazzetto di salvia – 1 fetta di pane pugliese – 1 spicchio di aglio – 80 g di burro – sale

1 Fate una fontana con la farina e versatevi al centro l'uovo leggermente sbattuto con i tuorli, la purea di barbabietola e la paprica. Iniziate a incorporare poca farina alla volta con una forchetta e continuate a lavorare con la punta delle dita fino a quando si formerà un impasto disomogeneo. Quindi impastate a piene mani fino a ottenere un composto liscio; formate una palla, avvolgetela nella pellicola e fatela riposare per 30 minuti in luogo tiepido.

2 Nel frattempo mettete il pane a pezzetti nel cutter e riducetelo in briciole. Riprendete la pasta, appiattitela un po' con le mani e ricavate delle tagliatelle utilizzando l'apposito accessorio della macchinetta o tagliandole a mano, con un coltello affilato.

3 Fate sciogliere il burro in un pentolino e, quando sarà ben caldo, friggetevi qualche foglia di salvia e mettetela ad asciugare su carta assorbente. Lasciate il burro sul fuoco finché diventerà color nocciola. Strofinare una padella con l'aglio schiacciato, ungetela con un po' del burro preparato e tostatevi le briciole di pane.

4 Cuocete le tagliatelle in una pentola con abbondante acqua salata, poi scolatele al dente, rovesciatele nella padella con il burro dove avrete messo anche le olive e mescolate. Completate con la salvia fritta e le briciole, mescolate e servite immediatamente.



Pagina 25: piatto fondo fatto a mano Francesca Reitano Ceramica, tumbler in vetro da Zara Home.
Pagina 26: piatto ovale senza bordi con decorazione floreale Francesca Reitano Ceramica.
Pagina 27: piatto piano irregolare in gres fatto a mano Francesca Reitano Ceramica. Indirizzi a pagina 114

Baciato dal sole, accarezzato dal vento.



Il sole e il vento della nostra terra sono le materie prime della nostra ricetta.

Da loro prende forma, colore e gusto il Basilico Genovese,
che coltiviamo nella nostra Azienda Agricola "Serre sul Mare" a Pra'
secondo la tradizione contadina e che usiamo
per preparare l'autentico pesto genovese.



dal 1827 a Genova Pra'

*Coltiviamo qui,
sulle terrazze della nostra
Azienda Agricola "Serre sul Mare",
il basilico più rinomato della Liguria.*



biseti[®]
Italy

MACINA CANNELLA
scoprla e te ne innamorerai



Dal 1945 portiamo la qualità italiana nel mondo
www.biseti.com

TAGLIOLINI VERDI CON VONGOLE E LIMONE

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 45 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 15 MINUTI
550 CAL/PORZIONE

400 g di farina 00 + quella per il piano di lavoro – **1 uovo + 3 tuorli**
– **300 g di spinacini** – **3 foglie di cavolo nero** – **1 kg di vongole veraci** – **1 limone non trattato** – **1 spicchio d'aglio** – **1 mazzetto di prezzemolo** – **1 ciuffo di basilico** – **1/2 cucchiaino di concentrato di pomodoro** – **1/2 bicchiere di vino bianco** – **20 g di burro** – **olio extravergine d'oliva** – **sale** – **pepe in grani**

1 Scottate gli spinacini per pochi secondi, scolateli e fateli sgrondare; scottate anche il cavolo nero, per un paio di minuti. Strizzate molto bene le foglie delle verdure e tritatele finemente; pesatene 100 g in tutto e frullatele insieme all'uovo e ai tuorli.

2 Fate una fontana con la farina e versatevi al centro il composto verde. Incorporate poca farina alla volta con una forchetta, fino a quando si formerà un impasto disomogeneo; poi lavoratelo a piene mani, fino a ottenere una palla liscia ed elastica: avvolgetela con la pellicola e lasciate riposare per 30 minuti in luogo tiepido.

3 Riprendete la pasta, appiattitela con le mani e stendetela in strisce sottili tra i rulli della macchinetta.

Ricavate dei tagliolini con l'apposito attrezzo o tagliandoli a mano con un coltello affilato.

4 Fate aprire le vongole già spurgate in un tegame con l'aglio, qualche rametto di prezzemolo, un pezzetto di scorza di limone, un paio di grani di pepe e un filo di olio. Sgusciatele 2/3, lasciate le altre intere, toglietele tutte dal tegame e tenetele da parte.

5 Filtrate il liquido da eventuale sabbia residua e unite il vino portato a ebollizione e il concentrato di pomodoro: fate sobbollire e restringere della metà, quindi incorporate il burro e rimettete le vongole nel tegame. Nel frattempo cuocete i tagliolini al dente in acqua bollente salata, scolateli, rovesciateli nel tegame e completate con basilico e una grattata di scorza di limone.

TAGLIATELLE FESTONATE CON PANCETTA, FAVE E LIME

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 45 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 25 MINUTI
660 CAL/PORZIONE

400 g di farina 00 + quella per il piano di lavoro – **2 uova + 6 tuorli**
– **1 mazzetto di finocchietto** – **300 g di fave già sgranate** – **80 g di pancetta affumicata** – **2 scalogni** – **1 lime non trattato** – **olio extravergine d'oliva** – **sale**

1 Fate una fontana con la farina e versatevi al centro le uova leggermente sbattute con i tuorli. Incorporate poca farina alla volta con una forchetta, fino a quando si formerà un impasto disomogeneo; poi lavoratelo a piene mani, fino a ottenere una palla liscia ed elastica: avvolgetela con la pellicola e lasciate riposare per 30 minuti in luogo tiepido.

2 Riprendete la pasta, appiattitela un po' con le mani e stendetela tra i rulli della macchinetta fino allo spessore desiderato: passatela più volte ripiegandola e mettendo tra i due strati, di volta in volta, una manciatina di finocchietto tagliuzzato. Quando sarà dello spessore desiderato e il finocchietto distribuito uniformemente, ricavate delle tagliatelle piuttosto larghe, tagliandole con una rotella dentellata.

3 Lessate le fave e privatele della pellicina. Tritate gli scalogni e fateli appassire in un ampio tegame con un filo di olio e un pizzico di sale; prelevate il soffritto e tenetelo da parte. Rosolate nel tegame la pancetta a striscioline, quindi unite nuovamente il soffritto e aggiungete anche le fave: fate insaporire qualche istante, bagnando con qualche cucchiata di acqua bollente.

4 Cuocete al dente le tagliatelle, scolatele e rovesciatele nel tegame con il condimento; profumate con una grattata di scorza di lime e qualche goccia di succo, mescolate bene e servite.



Pagina 28:
americana in lino
Society Limonta;
piatto piano
irregolare in gres
fatto a mano
Francesca Reitano
Ceramica; ciotola
media svasata
Society. Limonta.
Pagina 29:
tovagliolo in ramié
Society Limonta;
ciotola e bricco
in gres fatti a mano
Francesca Reitano
Ceramica. Indirizzi
a pagina 114



PIÙ VELOCE CON LA MACCHINA

PER RISPARMIARE SUL TEMPO, LE **MACCHINE SFOGLIATRICI** SONO UN'OTTIMA ALTERNATIVA AL TRADIZIONALE MATTERELLO. COME QUELLE DELLO STORICO MARCHIO **MARCATO** (MARCATO.IT, NELLA FOTO IL CLASSICO MODELLO MANUALE ATLAS 150, DISPONIBILE ANCHE IN 7 COLORI), CHE PERMETTONO DI OTTENERE VARI SPESSORI DI SFOGLIA A SECONDA DELLE POSIZIONI DEI RULLI, DAL PIÙ ALTO AL PIÙ SOTTILE. PER AUMENTARE LA VELOCITÀ DI PREPARAZIONE, SI PUÒ APPLICARE ALLA MACCHINA IL **MOTORE** (PER ATLAS 150, IL PASTADRIVE) MENTRE, PER OTTENERE SPECIFICI FORMATI DI PASTA OLTRE AI CLASSICI SFOGLIA, FETTUCCINE E TAGLIOLINI, SONO DISPONIBILI 12 **ACCESSORI**. "SE VOLETE", CONSIGLIANO GLI ESPERTI DI MARCATO "POTETE AGGIUNGERE ALLA FARINA UN PO' DI SEMOLA. IN QUESTO MODO LA PASTA RISULTERÀ PIÙ POROSA E IN GRADO DI TRATTENERE MEGLIO IL SUGO E ASSORBIRE I CONDIMENTI, PER UN RISULTATO SUCCULENTO GARANTITO". PRIMA DI TIRARE LA PASTA, DIVIDETE LA IN PEZZI. DOPO AVERLO APPIATTITO CON LE MANI SUL PIANO DI LAVORO LEGGERMENTE INFARINATO, FATE PASSARE IL PRIMO ATTRAVERSO I RULLI DELLA MACCHINETTA ALLO SPESSORE PIÙ LARGO. QUINDI RAPIEGATELO IN TRE PARTI A LIBRO E STENDETELO ANCORA TRA I RULLI, UNA O DUE VOLTE. PROCEDETE ALLO STESSO MODO FINO A OTTENERE LO SPESSORE DESIDERATO.

Ombretta Giovannini

La Leggenda dei Frati

GIOIA, LEGGEREZZA
E IL GUSTO UNICO
DELLA TRADIZIONE
"CREATIVA". MA
ANCHE CUCINA
ETICA E INGREDIENTI
SOSTENIBILI PER UN
MONDO MIGLIORE,
DOVE NULLA SI
BUTTA E TUTTO SI
TRASFORMA IN
GHIOTTI
CAPOLAVORI

di Silvia Bombelli,
foto di Michele Tabozzi

Saperi e sapori

Instancabile e sempre allegra Ombretta (48 anni e 2 figli), è membro di Jre dal 2007. Organizza anche corsi di cucina conviviale, inclusa la versione online, per condividere sapori e saperi con i suoi ospiti. Così come ama fare con i colleghi dell'associazione. Studiare, scambiare idee e materia prima è la sua passione. Agli amici chef, per esempio, ha fatto scoprire la bontà del piccione umbro di Colfiorito stagionato nel fieno, proprio come lo fa lei oppure i cotechini "fatti in casa" da babbo Giovannini, macellaio e buongustaio.

il ristorante

Un locale davvero eccezionale per posizione e architettura dove si respira arte in un'atmosfera rilassata e familiare con terrazza belvedere sulla città (Firenze). Ci sono solo 11 tavoli e 12 persone tra sala e cucina per preparare e presentare piatti succulenti e equilibrati: come terrina di fegatini, tartara di manzo raviolo di cipolla, scamerita e zuccotto. Una vera coccola (laleggendadeifrati.it).



PICI TIRATI A MANO
CON SUGO ESPRESSO DI
CONIGLIO E CIPOLLE
DI CERTALDO IN AGRODOLCE

pag. 36

Solare, curiosa e golosa Ombretta Giovannini si muove in cucina a passo felpato e con mano sicura. Nella sua brigata la definiscono scherzosamente "la chef del q.b." perché in grado di riprodurre infinite volte le sue magiche ricette senza bisogno di appuntare ingredienti e grammature. Compone a occhio e non sbaglia un colpo. Umbra di nascita e toscana d'adozione con il marito cuoco Filippo Saporito -conosciuto sui banchi di scuola all'istituto alberghiero di Chianciano- ha aperto il primo ristorante a Castellina in Chianti e nel 2015, mantenendo il nome Leggenda dei Frati, si è trasferita a Firenze, nella seicentesca Villa Bardini. Vista panoramica sulla città e mostre temporanee esclusive in collaborazione con la Galleria Continua di San Gimignano rendono l'esperienza di un pranzo o una cena qui davvero suggestiva: una sinestesia di gusto e di arte dalle pareti ai piatti.

Vera protagonista, naturalmente, la cucina (1 stella Michelin dal 2017) che si ispira alla tradizione e si "nutre" di ingredienti freschi e selezionatissimi. A cominciare da quelli dell'orto che pullula di verdure ed aromatiche rare, arricchito con la consulenza di Manna Organic Italia, un team di appassionati di consumo etico e tutela della (ghiotta) biodiversità, proprio come Ombretta. Questa è sempre stata la sua filosofia: si sceglie il meglio e si usa tutto, senza sprechi. I primi piatti sono i suoi preferiti, come i Pici che proponiamo qui, o la chitarra di farro integrale con calamari, zucchine e limone bruciato; i cappelletti ripieni di erbe selvatiche oppure i maccheroni artigianali con baccalà, pomodoro, olive, fagioli e arancia candita. Ma le piace anche comporre i famosi menu degustazione del ristorante: 9 portate con vini abbinati. Senza fronzoli.



consiglio da chef

A parte la cottura della pasta, tutto si può preparare in anticipo. La carne (anche di agnello), può essere marinata per tutta la notte e le cipolle caramellate si conservano in frigorifero per una settimana.



PICI TIRATI A MANO CON SUGO ESPRESSO DI CONIGLIO E CIPOLLE DI CERTALDO IN AGRODOLCE

PER 4 PERSONE

per i picci 300 g di farina 00 – 200 g di semola di grano duro + quella per il piano di lavoro – 1 uovo – 50 g di olio extravergine d'oliva
per il sugo 250 g di polpa di coniglio – vino bianco – rosmarino – 2 cipolle di Certaldo (o cipolle rosse) – pepe – aceto rosso – 1/2 bicchiere di vino rosso – 20 g di zucchero di canna – 50 g di ricotta salata arrostita – olio extravergine d'oliva – sale

Fate i picci, impastando le farine con l'uovo, l'olio e 150 g di acqua; fate riposare la pasta per almeno un'ora avvolta nella pellicola.

Appiattite l'impasto, tagliate tante piccole striscioline e formate i picci sollevandone uno per volta, tirandoli delicatamente e scuotendoli leggermente in modo da allungarli (fino a 60-70 cm). Appoggiateli man mano su un lato del piano di lavoro cosparso di semola.

Pulite la polpa di coniglio eliminando gli ossicini. Tagliate la carne a listarelle e poi a pezzettini. Mettetela in un contenitore con il rosmarino tritato, abbondante olio e, se vi piace, 1 spicchio d'aglio. Dopo almeno 2 ore di marinatura, scaldate una padella e soffriggete su fiamma alta la carne con il suo olio per 1 minuto. Sfumate con il vino e pepate.

Sbucciate e tagliate a fette le cipolle, fatele rosolare brevemente in una padella con un filo d'olio, aggiungete lo zucchero e, quando sarà sciolto, unite prima un po' di aceto e poi il vino rosso. Fate cuocere per 5-7 minuti, finché le cipolle saranno leggermente caramellate. Unitene alcune al coniglio e mescolate.

Spezzettate la ricotta salata e mettetela su una teglia in forno a 180° per 20 minuti.

Tuffate i picci in una pentola di acqua salata in leggera ebollizione per circa 4 minuti (perché non si rompano, l'acqua deve solo sobbollire).

Scolate delicatamente i picci e metteteli in una grande padella con il sugo. Fateli saltare per un paio di minuti, completate con le cipolle rimaste, scaglie di ricotta arrostita e servite.

Assapora GLI **AUTENTICI SALUMI** *Europei*



Salamini Italiani alla Cacciatora DOP

**QUALITA' CERTIFICATA E GARANTITA
NEL CUORE DELLA TRADIZIONE**



CAMPAGNA FINANZIATA
CON L'AUTO
DELL'UNIONE EUROPEA

L'UNIONE EUROPEA SOSTIENE
CAMPAGNE CHE PROMUOVONO
PRODOTTI AGRICOLI DI QUALITÀ.

**ENJOY
IT'S FROM
EUROPE**



RITI DI

**IL LUNEDÌ DELL'ANGELO
È UN'APOTEOSI DI SAPORI,
TRADIZIONI E SUGGERZIONI
DI PRIMAVERA.
DA REINTERPRETARE
IN OGNI ANGOLO D'ITALIA**

a cura di A. Gnocchi, testo di G. Conti
ricette di A. Pavanello, foto di F. Moscheni,
styling di F. Salvemini

Pasquetta



Bicicletta Rossignoli, sedie e cesti View.
Indirizzi a pagina 114

M

ia madre prepara ancora il cestino pasquale con le uova sode colorate: prima di farle benedire in chiesa, prepara l'acqua di cottura con il caffè per averle di colore scuro; usa il tè per ottenerle

gialle, gli spinaci per il verde e le cipolle per il rosso. Usa uova bianche e scure per avere sfumature diverse. Sulla tavola le uova sode colorate, poste in un cestino con un po' di paglia, sono pronte per essere servite al momento nell'insalata o come antipasto insieme ai salumi. Una gioia per il palato e per gli occhi: è Pasquetta. Questa festività religiosa, che ricorda l'incontro dell'Angelo con le tre donne davanti al sepolcro vuoto, è entrata nel cuore degli italiani dal dopoguerra, quando si aggiunse un giorno di riposo alle festività pasquali. Ed è diventata l'occasione per una mangereccia gita fuori porta, preparando un ricco cestino dai sapori diversi a seconda dei luoghi.

Grigliate, erbette, torte salate e uova

A Palermo, per esempio, a Pasquetta è ormai tradizione accendere la griglia e cuocere le stighiole, budella di agnello arrotolate e arrostiti intorno a un porro o una cipolla lunga, e condite con sale e limone. Chi le ha provate non le dimentica facilmente. Tra pani e torte farcite con le erbe, è imperdibile la torta pasqualina della Liguria, con crema di bietole, spinaci, ricotta, raccolte in una gustosa pasta sfoglia e le uova sode intere all'interno. A Napoli, sulle tovaglie del picnic troviamo il casatiello, un pane a forma di ciambella con farina, strutto, pepe e ripieno di formaggi e salumi: le uova sode poste sopra sono legate da strisce di impasto a forma di croce. Se invece le uova sono all'interno dell'impasto il casatiello diventa tortano. In Abruzzo e Molise è tipico il fiadone a forma di raviolo o mezzaluna, che si farcisce con bietola o cicoria, olive e acciughe. Cotto in forno si consuma ormai tutto l'anno per la gioia dei turisti. Grandi protagonisti di pasquetta sono le uova: in Piemonte usa ancora la questua,

meglio conosciuta in dialetto come *Cantè j'euw*, che ha origini antiche. La zona è la bassa Langhe, Monferrato e Roero. A Bra, negli anni Ottanta, è tornata prepotente questa tradizione che vede i giovani andare a piedi per le strade e le piazze dei paesi, cantando e bevendo, accompagnati dalle fisarmoniche, e chiedendo uova fresche: chi le nega (e non offre assieme neanche un bicchiere di vino) vien ricoperto di ingiurie scherzose. Poi tutte le uova raccolte vengono usate per preparare una grande frittata in piazza che si consuma con la gente del paese.

Agnello, però alla griglia

Immane nei grandi classici di Pasqua, l'agnello è protagonista anche sulla griglia di pasquetta. Nella Bibbia, per la precisione nel libro dell'Esodo, l'agnello era arrostito al fuoco con tutte le interiora. Nel corso del tempo, la tradizione e la simbologia ebraico-cristiana si sono sovrapposte alla millenaria pratica pastorale con i piccoli maschi che vengono ancora oggi sacrificati per tenere in economia il gregge e la produzione del latte: il piccolo di pochi mesi, non ancora svezzato all'erba, è l'abbacchio da non confondere con l'agnello maturo, di un anno e con la carne più saporita, e col castrato.

Il segreto della grigliata perfetta sta nel battuto di aglio, prosciutto, rosmarino, maggiorana e timo da spalmare sulle costole.

Qualcosa di più che un contorno

A Pasquetta, è tradizione cuocere i carciofi alla brace, una specialità napoletana, ma ormai diffusa non solo da Roma in giù. Anche in questo caso serve un rinforzo: il composto di extravergine, pecorino fresco, prezzemolo tritato, dadini di carciofo, sale e pepe diventa un vero e proprio ripieno che completa i magnifici gioielli di primavera aperti e messi sulla griglia. Alla fine, tolte le foglie bruciate, sui cuori teneri si versa olio in abbondanza. Con l'agnello è un'apoteosi di sapori.

*Guido Conti, scrittore
ed esperto di enogastronomia*



SCOTCH EGG CON LA 'NDUJA

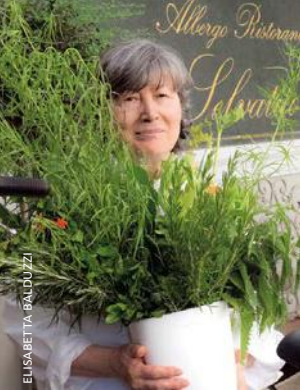
pag. 44



PIZZA CHIENA RETTANGOLARE

pag. 44





Il trionfo delle erbe di stagione

PIERA SPALLA, DEL RISTORANTE ALBERGO IL SELVATICO A RIVANAZZANO TERME, IN PROVINCIA DI PAVIA, È UNA PROTAGONISTA DELLA RISCOPERTA DELLE ERBE IN CUCINA, TIPICHE DELLA CUCINA PASQUALE.

USATE QUALCHE INGREDIENTE PARTICOLARE NELLE VOSTRE RICETTE?

SÌ, PER ESEMPIO, LE CIME DI LUPPOLO SELVATICO, CHE SI SPOSANO PERFETTAMENTE CON IL RISO. E ANCHE LE CIME DEI PAPAVERI, ACIDULE OTTIME IN INSALATA, MA UTILI NELL'IMPASTO DEI MALFATTI, PRIMO A BASE DI RICOTTA E SPINACI O ERBETTE, PERCHÉ CON LA LORO CONSISTENZA GELATINOSA AIUTANO AD AMALGAMARE L'IMPASTO.

CON LE ERBE NON POSSONO CERTO MANCARE LE UOVA...

CON LE ERBE E CON I SEMI, CHE CON L'UOVO SONO SIMBOLI DELLA RINASCITA, CHE SI RICOLLEGANO AL FOLKLORE E ALLE TRADIZIONI PRIMAVERILI E PER QUANTO

RIGUARDA LA CARNE?

QUESTA DELL'OLTREPO NON È TERRA DI PASTORIZIA E DA NOI, PER PASQUA, NON SI USAVA MANGIARE L'AGNELLO. SI UCCIDEVA L'ULTIMO GALLO OPPURE LA GALLINA PIÙ VECCHIA DEL POLLAIO, CHE FINIVA ARROSTO CON LE PATATE. UN PIATTO CHE DÀ SODDISFAZIONE ANCHE OGGI.

SCOTCH EGG CON LA 'NDUJA

ELABORATA
PER 8 PEZZI
PREPARAZIONE 40 MINUTI
COTTURA 20 MINUTI
325 CAL/PEZZO

12 uova (8 + 4 per la panatura) – 380 g di polpa di maiale macinata – 380 g di salsiccia – 40 g di 'nduja – 2 cucchiaini di erbe miste tritate (salvia, timo e prezzemolo) – 1 cucchiaino di senape di Digione – 2 cucchiaini di latte – 100 g di farina – 200 g di pangrattato – noce moscata – olio di arachidi per friggere – sale in fiocchi – sale – pepe per il contorno 2 cipolle rosse – 120 ml di aceto rosso – 2 cucchiaini di zucchero – 1 cucchiaino di sale – pepe nero di mulinello

1 Mettete 8 uova in un pentolino, copritele con acqua fredda e portate a ebollizione a fiamma vivace; quindi abbassate la fiamma al minimo e cuocetele per 4 minuti. Trasferite le uova in una bacinella di acqua e ghiaccio e fatele raffreddare completamente.

2 Preparate il contorno. Sbucciate le cipolle, affettatele e trasferitele in una ciotola. Scaldate l'aceto con lo zucchero e il sale e versatelo sulle cipolle. Conditele con il pepe e fatele raffreddare.

3 Preparate le uova. Private la salsiccia del budello e trasferitela in una ciotola con la carne trita, la 'nduja, la senape, le erbe, sale, pepe, una generosa grattata di noce moscata e impastate bene gli ingredienti fino a ottenere un composto omogeneo. Dividetelo in 8 parti uguali.

4 Preparate tre ciotole: una con la farina, una con le uova rimaste sbattute con il latte e una con il pangrattato. Sgusciate le uova cotte e passatele nella farina. Appiattite ogni parte dell'impasto tra due fogli di carta da forno formando 8 quadrati. Appoggiate l'uovo al centro di ogni quadrato e avvolgetelo nell'impasto. Passateli prima nella farina, poi nelle uova sbattute e poi nel pangrattato. Passatele nuovamente nelle uova e infine nel pangrattato.

5 Scaldate l'olio in un pentolino a bordi alti a 170° e friggetevi l'uovo alla volta per 5-6 minuti. Servitele tiepide o fredde spolverizzate di sale in fiocchi e accompagnate dalle cipolle marinate.

PIZZA CHIENA RETTANGOLARE

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 60 MINUTI
780 CAL/PORZIONE

700 g di pasta da pane – 400 g di ricotta di pecora – 8 uova – 100 g di pecorino grattugiato – 200 g di coppa a fette – 80 g di salame a fette – 160 g di prosciutto cotto a fette – 200 g di caciocavallo – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Versate la ricotta in una ciotola e mescolatela con le uova sgusciate, il pecorino, un pizzico di sale e pepe. Tagliate il caciocavallo a fettine.

Stendete la pasta con il matterello e rivestite uno stampo rettangolare della capacità di 2 litri facendo fuoriuscire abbondantemente la pasta dai bordi.

2 Disponete gli ingredienti per la farcitura sul fondo dello stampo seguendo questo ordine: 1 strato di coppa poi 1 di farcia alla ricotta, 1 di caciocavallo, 1 di prosciutto cotto, 1 di ricotta, 1 di salame, 1 di ricotta, 1 di prosciutto cotto, 1 di caciocavallo, 1 di ricotta e 1 di coppa.

3 Ritagliate i bordi di pasta in eccesso e, con la pasta avanzata, formate un rettangolo con cui coprire la farcia. Ripiegate i bordi di pasta verso l'interno e sigillateli bene per evitare la fuoriuscita del ripieno durante la cottura. Spennellate la superficie di olio e cuocete nel forno a 180° per circa 1 ora. Sforbate, lasciate raffreddare e servite la pizza a fette a temperatura ambiente. Se non vi piace fredda riscaldatela per pochi minuti nel forno a 180°. Se volete accelerare il processo, invece di disporre gli ingredienti a strati, potete tagliare i salumi a pezzetti e il caciocavallo a dadini e mescolarli con le uova, il pecorino e la ricotta. Basterà versare il ripieno nello stampo rivestito di pasta, coprirlo con la pasta rimasta e quindi procedere come indicato nella ricetta.

SANDWICH VERDI

FACILE
PER 8 SANDWICH
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA NESSUNA
300 CAL/PEZZO

8 fette di pane di segale pretagliato – 100 g di spinacini – 180 g di formaggio a fette tipo latteria o provola – 1 cetriolo – 4 pomodori verdi (Merinda o Camone) – 1 avocado – 100 g di rucola per la maionese alle erbe 120 ml di maionese – 20 g di foglie di dragoncello – 20 g di foglie di basilico – 10 g di erba cipollina – 2 filetti di acciughe sott'olio – 1/2 spicchio d'aglio – 1/2 limone

1 Lavate le erbe, asciugatele e trasferitele in un mixer con la maionese, i filetti acciuga, la scorza e il succo del limone. Frullate gli ingredienti fino a ottenere un composto omogeneo.

2 Sbucciate l'avocado e tagliatelo a fettine; lavate i pomodori e il cetriolo e tagliateli a fettine molto sottili; lavate e asciugate separatamente la rucola e gli spinacini.

3 Disponete le fette di pane su un tagliere o un piano di lavoro e spalmatele tutte con la maionese. Farcite le 4 fette con 1 strato di spinacini, 1 di pomodori, 1 di formaggio, 1 di cetrioli, 1 di avocado e 1 di rucola. Coprite con le 4 fette di pane rimaste e chiudete a sandwich. Tagliate i sandwich a metà, avvolgeteli in una striscia di carta e serviteli.

SANDWICH
VERDI



Seggiolina e vassoio
in legno View.
Indirizzi a pagina 114





TORTA MAGICA ALL'ACQUA
DI FIORI D'ARANCIO
CON FRAGOLE

pag. 48

Tovagliolo a righe
con cifre di Rigato Home.
Indirizzi a pagina 114



Tra gioco e religione

IL LUNEDÌ DELL'ANGELO
ALTERNA RITI LUDICI
E RELIGIOSI, CHE
QUEST'ANNO CI
MANCHERANNO, E CHE,
PROPRIO PER QUESTO,
VALE LA PENA DI
RICORDARE E CUSTODIRE
NELLA MEMORIA
COLLETTIVA. A BUSTO
ARSIZIO (VA) SI TIENE LA
SAGRA DELL'INSALATA E
CIAPI (INSALATA E UOVA).
IN VARIE LOCALITÀ
DELL'APPENNINO
MODENESE SI
ORGANIZZA COCCIN
COCETTO UNA SFIDA
A COLPI DI UOVA SODE
DIPINTE, E VENGONO
BENEDETTI I TRATTORI.
A VELLETRI (ROMA)
SI IMBOTTIGLIA IL VINO
PER FARNE SPUMANTE;
INOLTRE, SE PASQUA È
AD APRILE INOLTRO, SI
ORGANIZZA LA
CARCIOFOLATA,
ALTRIMENTI
POSTICIPATA AL PRIMO
MAGGIO. RELIGIOSA
LA PASQUETTA DI
SARNO (SA), CON IL
PELLEGRINAGGIO AL
SANTUARIO DI MARIA
SANTISSIMA DEL
CARMINE AL CASTELLO
RITMATO DALLA
TAMMURRIATA. NON
LONTANO, A NOCERA
INFERIORE SI FESTEGGIA
LA MADONNA DEI
MIRACOLI INSIEME
A SANT'ELIGIO
(PROTETTORE DEGLI
ANIMALI DOMESTICI,
CHE VENGONO
BENEDETTI), E A
SANT'EMIDIO,
PROTETTORE CONTRO
I TERREMOTI. A
MONGIUFFI MELIA (ME)
SI RIEVOCA L'INCONTRO
TRA CRISTO RISORTO E
LA VERGINE; LE STATUE
DELLA MADRE E DEL
FIGLIO SI INCONTRANO,
MARIA SI SPOGLIA DEL
VELO NERO E INDOSSA
IL BIANCO, MENTRE
GLI ANGELI DI MARIA
(CIOÈ OTTO BAMBINI)
LE OFFRONO FIORI
BIANCHI.

TORTA AGLI ASPARAGI

ELABORATA
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 90 MINUTI
COTTURA 2 MINUTI
470 CAL/PORZIONE

16 fette lunghe di pancarré – **1 mazzo di asparagi**
– **1 mazzetto di erba cipollina** – **pomodori**
– **1 mazzetto di ravanelli** – **150 g di formaggio cremoso**
– **100 g di mascarpone** – **1 limone** – **sale** – **pepe**
per la prima farcia **3 uova sode** – **2 cipollotti**
– **80 g di sedano** – **150 g di maionese** – **3 cucchiaini**
di aceto bianco – **sale** – **pepe**
per la seconda farcia **150 g di tonno sott'olio**
sgocciolato – **100 g di formaggio cremoso** – **60 g**
di cuore di lattuga – **erba cipollina** – **1 limone**
– **sale** – **pepe**

1 Scottate gli asparagi per 2 minuti in acqua salata, scolateli e teneteli da parte. Lavate i ravanelli, dividetene alcuni a metà, lasciate i più piccoli interi e tagliatene altri a fettine sottili. Trasferiteli in una ciotola, copriteli di acqua e metteteli in frigo.
2 Per la prima farcia, sgusciate le uova, tritatele e trasferitele in una ciotola. Mondate e tritate il sedano; sbucciate e affettate i cipollotti; unite tutto alle uova. Aggiungete la maionese, condite con l'aceto, sale e pepe e mescolate.
3 Per la seconda farcia, sminuzzate il tonno in una ciotola, unitevi la lattuga, pulita e tagliata a listarelle; aggiungete l'erba cipollina tagliuzzata, il formaggio, il succo del limone, sale e pepe.
4 Formate due pile ciascuna con 8 fette di pancarré e accostatele dal lato lungo. Con l'aiuto di un coppapasta posizionato a cavallo delle due pile ritagliate nel parallelepipedo di pane un cilindro di 18 cm di diametro.
5 Farcite 2 coppie con la farcia al tonno e 2 coppie con la farcia alle uova. Ricomponete il cilindro. Mescolate il formaggio cremoso con il mascarpone, conditelo con il succo di limone, sale e pepe e spalmatelo su tutto il cilindro. Accorciate gli asparagi di modo che l'altezza sia di poco superiore a quella del cilindro, affettateli per il lungo a fettine sottili e fateli aderire ai bordi con i fili di erba cipollina. Decorate con gli ortaggi e, se vi piace, germogli. Servite la torta fresca.

MINI PANINI CON AGNELLO, PEPERONI E FRIGGITELLI

FACILE
PER CIRCA 30 PANINI (8-10 PERSONE)
PREPARAZIONE 30 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 30 MINUTI
450 CAL/PEZZO

per i panini **480 g di farina 00** – **150 g di semola**
rimacinata – **2 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva** –
1 cucchiaino di zucchero – **1/2 cucchiaino di sale**
– **2 cucchiaini di lievito di birra secco**
per la farcia **400 g di polpa macinata di agnello**
– **1 peperone rosso** – **4 friggittelli** – **1 scalogno** – **1 dl di**
vino bianco – **2 cucchiaini di sriracha** (salsa piccante al

peperoncino, nei negozi di specialità orientali,
in alternativa **4 cucchiaini di concentrato**
di pomodoro e 1 di Tabasco) – **2 cucchiaini di**
concentrato di pomodoro – **qualche rametto di timo** –
olio extravergine d'oliva – **sale** – **pepe**

1 Preparate i panini. Mescolate il lievito con lo zucchero e 1/2 bicchiere di acqua tiepida. Mescolate in una ciotola le due farine con il sale, formate la fontana, versatevi l'olio, il mix col lievito e, poco alla volta, circa 2 dl di acqua tiepida. Impastate e lavorate gli ingredienti fino a ottenere un impasto sodo e fatelo lievitare per 30 minuti.
2 Tritate lo scalogno. Mondate il peperone e tagliatelo a quadretti di mezzo cm. Lavate i friggittelli e tagliateli a fettine. Scaldare 4 cucchiaini di olio in una padella e rosolate lo scalogno per 2 minuti. Unite la carne e soffriggetela finché sarà ben sgranata. Sfumatela col vino, unite i cubetti di peperone, la sriracha, il concentrato di pomodoro, sale, pepe e le foglioline di timo e proseguite la cottura per altri 3-4 minuti. Separatamente saltate in padella a fuoco vivace i friggittelli con un filo d'olio e sale; tenete da parte.
3 Dividete a metà l'impasto lievitato e stendete le due parti allo spessore di 1/2 cm. Con un bicchiere ritagliate tanti dischi di circa 7 cm di diametro, reimpastate i ritagli, stendeteli nuovamente e fateli lievitare per circa 20 minuti. Scaldare una larga padella antiaderente e cuocete i panini da entrambi i lati finché saranno leggermente dorati e gonfi. Tagliate i panini a metà, farciteli con una cucchiata di ragù di agnello e 2 o 3 fettine di friggittelli e serviteli.

TORTA MAGICA ALL'ACQUA DI FIORI D'ARANCIO CON FRAGOLE

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 1 ORA
350 CAL/PORZIONE

4 uova – **1 cucchiaino di acqua di fiori d'arancio**
– **125 g di zucchero** – **2 bacche di vaniglia** – **125 g di**
burro + quello per lo stampo – **0,5 l di latte**
– **120 g di farina** – **zucchero a velo** – **500 g di fragole**

1 Fate fondere il burro. Sgusciate le uova, separate i tuorli dagli albumi. Mettete i tuorli in una ciotola con lo zucchero, l'acqua di fiori d'arancio e i semi delle bacche di vaniglia grattati con un coltellino. Mettete le bacche di vaniglia svuotate in un pentolino col latte e fatelo intiepidire.
2 Montate i tuorli; unite il burro fuso e montate ancora un minuto, poi aggiungete, gradatamente e alternandoli, il latte tiepido filtrato e la farina.
3 Incorporate delicatamente gli albumi montati a neve; versate il composto (piuttosto liquido) in uno stampo da 22 cm di diametro imburato e infornate a 160° circa 1 ora finché risulta dorato. Sfornate e fate riposare 3 ore. Completate con le fragole a fettine e lo zucchero a velo.

Latte Fieno Alto Adige

La novità è nella tradizione



Le nostre mucche hanno
qualcosa di speciale:
il fieno che mangiano
ogni giorno.

lattefienoaltoadige.it



Sfoggia le sue linee morbide il Robot Artisan nella nuova tonalità Hoeny, colore del 2021 di **KitchenAid**. Il corpo motore mobile è proposto in altri 18 colori e in dotazione ha i seguenti accessori: ciotola in acciaio inox da 3 l, coperchio versatore antispruzzo, frusta a sei fili, frusta piatta, frusta con bordo flessibile, gancio impastatore (300 W, ciotola da 4,8 l, € 699). Indirizzi a pagina 114



Planetaria

Si chiama planetaria perché il suo movimento ricorda quello dei pianeti che orbitano nell'universo. Infatti si compone di un braccio meccanico che compie un movimento rotatorio, tre accessori principali (la frusta per montare, la paletta per amalgamare e il gancio per impastare) e un recipiente in acciaio inox per impasti liquidi o solidi. Oltre a essere un classico regalo da lista nozze e un cimelio di famiglia, la planetaria è l'elettrodomestico che più fa la differenza in cucina ed è ormai un classico del design.

La planetaria è stata inventata all'inizio degli anni Dieci del secolo scorso da Herbert Johnson, un ingegnere della Hobart Manufacturing Company,

IMPASTA, MONTA, TRITA,
FRULLA... EFFICACE
E SILENZIOSA, È UN VALIDO
AIUTO IN CUCINA

a cura di Monica Pilotto, testo di Martina Liverani,
ricetta di Claudia Compagni, foto di Felice Scoccimarro,
styling di Alkèmia

dopo che aveva osservato un fornaio mescolare a mano l'impasto. Un'invenzione che si rivelò talmente necessaria da essere adottata immediatamente dai panettieri professionisti e

nelle grandi cucine, per poi finire anche in quelle domestiche. La leggenda narra che i dirigenti della Hobart portarono a casa i prototipi delle macchine per farli provare alle proprie mogli e che una di esse decretò: "È il miglior aiuto in cucina (in inglese *kitchen aid*) che io abbia mai avuto". Fu così che per le casalinghe americane degli anni Venti e Trenta la planetaria rappresentò velocità, modernità e libertà dalle faccende domestiche. Bastò aspettare il 1937 perché la planeta-

va in orbita in cucina

La planetaria si può annoverare tra le scoperte più utili del secolo scorso per il vasto mondo della cucina casalinga. Progettata per raggiungere massime prestazioni e risultati professionali, è alleata dei gourmet più appassionati, ma corre in aiuto anche ai principianti alle prese con la panificazione

FOCACCETTE TURCHE AI SEMI DI SESAMO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE
20 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA
20 MINUTI
530 CAL/PORZIONE

500 g di farina 0 – 10 g di lievito di birra fresco – 50 g di yogurt – 1 uovo – 20 g di sesamo – olio extravergine d'oliva – sale

1 Impastate la farina con il lievito sbriciolato, 20 g di olio, lo yogurt e 2 dl di acqua. Unite 8 g di sale e lavorate l'impasto per 10 minuti nella planetaria. Formate una palla, trasferitela in una grossa ciotola, incidetela a croce e lasciatela lievitare per 2 ore o fino a quando avrà raddoppiato il volume.
2 Trasferite la pasta sul piano di lavoro, sgonfiatela leggermente senza lavorarla di nuovo, dividetela in 8 panetti dello stesso peso e formate delle focaccine ovali

attorcigliate alle estremità.

3 Copritele con un canovaccio e lasciatele lievitare altri 30 minuti. Mettete in forno due leccarde capienti e impostate la temperatura a 230°. Spennellate le focaccine con l'uovo sbattuto, cospargetele con i semi di sesamo, trasferitele nelle teglie caldissime rivestite con carta da forno e cuocetele per circa 20 minuti.

ria assumesse anche un aspetto inconfondibile. Il modello K di KitchenAid fu ideato da Egmont Arens, progettista, designer e per un periodo anche art director della rivista Vanity Fair. Creato il bisogno di un oggetto così versatile e dalla grande personalità, la corsa delle aziende a ideare il proprio modello divenne inarrestabile. Un esempio è certamente l'Ankarsrum, macchina da cucina ideata negli anni Quaranta in Svezia, quando ancora niente di simile era presente sul mercato. Unica nel suo genere, prevedeva svariate preparazioni casalinghe (pane, salsicce, marmellate, succhi...).

Oggi sul mercato esistono numerose tipologie di planetarie, complice il rinnovato interesse per il mondo della panificazione e quello della pasticceria. Le macchine per uso domestico hanno poco a che invidiare a quelle usate dagli addetti ai lavori e sono certamente più belle, eleganti e colorate. La scelta della planetaria dipende dall'uso che se ne vuole fare e di conseguenza il tipo e numero di funzioni e accessori da incorporare. Importante è la potenza del motore, il numero di velocità e la capienza della ciotola. Il rumore di questa macchina all'opera è un suono che rilassa, guardare l'impasto roteare è una ipnotica sensazione di benessere: all'interno di questo elettrodomestico dal nome altisonante si compie la trasformazione della materia, si fondono gli elementi. Sicuramente è un valido aiuto, ma gli esperti di impasti dicono che quel che fa la vera differenza è – una volta tolto dalla macchina – manipolare l'impasto anche con le mani, capaci di imprimere quel non so che di unico e irripetibile.

Nella pagina accanto, ciotoline
Stefano Toniolo, tovagliolo Zara
Home. Indirizzi a pagina 114





Cooking Chef XL impasta, cuoce a induzione da 20 a 180°, ha bilancia integrata, 5 utensili per la miscelazione, cestello per la cottura a vapore, frullatore in vetro, schermo touch (1500 W, ciotola da 6,7 l, € 1.400).

Kenwood



L'impastatrice Desire Kitchen Machine è dotata di frusta piatta, gancio da

impasto, frusta a filo, bicchiere frullatore in vetro da 1,5 l, coperchio anti schizzi con apertura per aggiunta ingredienti (1000 W, ciotola da 5 l, € 225).

Russell Hobbs

INTERVISTA



Galassia impastatrici

RISPONDE DAVIDE FIORENTINI ESPERTO NELL'ARTE DELL'IMPASTO, DA QUELLO PER LA PASTICCERIA A QUELLO PER LA PANIFICAZIONE.

COME SCEGLIERE LA PLANETARIA?

IL MIO CONSIGLIO È DI ACQUISTARE UNA MACCHINA DOTATA DI ATTREZZI DIVERSI, ALMENO I TRE FONDAMENTALI (GANCIO, FRUSTA E PALETTA), CON DIVERSE VELOCITÀ DI GIRI, CHE DIA LA POSSIBILITÀ DI IMPASTARE SIA UN PAN DI SPAGNA COME RINFRESCARE UN LIEVITO.

SUGGERIMENTI PER SFRUTTARLA AL MEGLIO DURANTE L'IMPASTO?

IMPORTANTE È INSERIRE GLI INGREDIENTI UNO A UNO, SECONDO LA RICETTA. IN PANIFICAZIONE È IMPORTANTE ANCHE LA TEMPERATURA DEGLI INGREDIENTI COME QUELLA DELLA CIOTOLA, CHE NON DEVE ESSERE NÉ GELATA NÉ TROPPO CALDA. L'IMPASTO È ESSENZIALE PER I LIEVITATI POICHÉ È LÌ CHE SI CREA LA MAGLIA GLUTINICA.

L'ATTENZIONE IN PIÙ?

LA CIOTOLA DEVE ESSERE PULITA, SENZA RESIDUI DI IMPASTI. SOPRATTUTTO I RESIDUI GRASSI CHE PREGIUDICHEREBBERO LA RIUSCITA DELL'IMPASTO SUCCESSIVO.

Ha il fascino del design svedese. Anni '40 la "macchina da cucina" che impasta, trita, insacca, monta, sprema, pressa con i suoi 18 accessori, proposta in 12 colori (1500 W, ciotola da 7 l, € 699).



Perfetta per i dolci!

Masterchef Gourmet è dotata di frusta Flex Whisk, recipiente in silicone per microonde e accessorio Delica'Tool (1100 W, ciotola da 4,6 l, € 279,99).

Moulinex



La planetaria Assistant ha 10 regolazioni di velocità, gancio impastatore, frusta a filo, frusta piatta e una luce Led bianca ideale per tener sotto controllo le preparazioni (1000 W, due ciotole da 2,9 e 4,8 l, € 349,90).

Electrolux



Dal design grintoso, Matt Black Techno coniuga il nero opaco con l'acciaio satinato della ciotola. Completa di frusta, gancio, battitore e coperchio di sicurezza, ha touch screen per impostare timer e sei diverse velocità (1200 W, ciotola da 5 l, € 269).

Brandani

Nella grande ciotola di acciaio inox la planetaria KM80 lavora oltre 2 kg di impasto; è completa di 3 accessori ai quali se ne possono aggiungere altri, ha 4 velocità regolabili ed è disponibile in tre colori (1000 W, ciotola da 5 l, € 199).



H. Koenig

Multiaccessoriata

Ha bilancia integrata così che gli ingredienti possano essere pesati nella ciotola o negli accessori installati; in più è dotata di due fruste, gancio, 4 dischi per grattugiare, affettare e tritare, bicchiere frullatore e coperchio (1000 W, ciotola da 3,9 l, € 479,90).

Bosch



Europa, dove la qualità è di casa

Sapori autentici e garantiti dall'origine:

Vini Alto Adige DOC, Mela Alto Adige IGP,
Speck Alto Adige IGP, Formaggio Stelvio DOP.



Il contenuto di questa campagna promozionale rappresenta soltanto le opinioni dell'autore ed è di sua esclusiva responsabilità. La Commissione europea e l'Agenzia esecutiva per i consumatori, la salute, l'agricoltura e la sicurezza alimentare (Chate) non accettano alcuna responsabilità riguardo al possibile uso delle informazioni che include.

www.europaqualita.eu

ENJOY
IT'S FROM
EUROPE

Südtirol Wein
Vini Alto Adige



CAMPAGNA FINANZIATA
CON L'AUTO
DELL'UNIONE EUROPEA.

L'UNIONE EUROPEA SOSTIENE
CAMPAGNE CHE PROMUOVONO
PRODOTTI AGRICOLI DI QUALITÀ.





dai fornelli alla tavola

Di origini abruzzesi, con una lunga esperienza in giro per il mondo da Singapore a New York prima di stabilirsi a Milano, Francesca D'Orazio è maestra di cucina, food and table stylist, consulente gastronomica per aziende, riviste e siti, attiva sul web (francescadorazio.com, @francescadorazio_official).

Da sempre il suo amore per il cibo si accompagna a una passione per la mise en place elegante e ricercata.

Portavoce della cucina italiana all'estero, continua a collaborare con eccellenze del Made in Italy, come il Consorzio Tutela Grana Padano Dop, per cui ha ideato ricette e partecipato al format Le forme del gusto, in onda su Uno Mattina (Rai Uno) lo scorso autunno.

Italian Style

CITTADINA DEL MONDO DAL CUORE MEDITERRANEO,
FRANCESCA D'ORAZIO CI PRESENTA LE SUE DELIZIOSE INTERPRETAZIONI
DEL GRANA PADANO DOP, UNA DELLE ECCELLENZE DEL BELPAESE

di Marina Cella, foto di Michele Tabozzi

TAGLIERE MISTO DI PRIMAVERA CON
CESTINI, BISCOTTI E GRISSINI AL GRANA
PADANO DOP, UOVA SODE E SALAME

pag. 56



TIMBALLO DI SCRIPPELLE AGLI ASPARAGI
CON VELLUTATA AL GRANA PADANO DOP

pag. 57

L'amore per la cucina italiana e per quella convivialità molto *italian style* fatta di tradizione, calore e buon gusto, sono alla base dell'incontro tra Francesca D'Orazio con uno dei prodotti simbolo del Made in Italy nel mondo, il Grana Padano Dop. "I primi piatti che ho elaborato con questo formaggio erano per il pranzo della domenica della nostra tradizione, un momento per me molto importante, con i suoi rituali, l'apparecchiatura della tavola e quei valori familiari che ho cercato di trasmettere ai miei figli", dice Francesca. "Ma il Grana Padano Dop, che è un grande esaltatore dei sapori, si sposa con qualsiasi piatto della cucina italiana, sia in ambito salato sia con alcune preparazioni dolci, come i biscottini del servizio allo zucchero di canna e farina di mais. È anche un formaggio plasmabile, che si può presentare in molte forme diverse: non solo grattugiato o in scaglie ma anche come chips, passate rapidamente in forno, perfette per i bambini come snack ma anche per arricchire e decorare una vellutata. Oppure il Grana Padano Dop si può trasformare in cannoli o cestini da riempire a piacere, come quelli pre-

sentati nel servizio, più sfiziosi ed ecologici dei contenitori di plastica". L'attenzione al riuso e alla riduzione degli scarti è un altro punto di contatto tra Francesca e il Consorzio Tutela Grana Padano Dop, che ha fatto del tema della sostenibilità uno dei suoi capisaldi. "Di questo formaggio non si butta via nulla", aggiunge. "A partire dalla crosta che, ben spazzolata, si può aggiungere al brodo, alle zuppe o a un sugo per insaporirli: un'abitudine delle nostre nonne oggi giustamente rivalutata". Non si corre alcun rischio perché la crosta è edibile, come assicura il Consorzio: durante la stagionatura, è sottoposta a continue toelettature e non subisce trattamenti chimici né viene ricoperta con colori o materiali plastici. Anche grigliata è una delizia.

TAGLIERE MISTO DI PRIMAVERA

Il tagliere proposto da Francesca, abbellito da fiori e foglioline verdi, è composto da nidi con cestini ripieni, biscotti agrodolci, uova sode a spicchietti, fettine di salame, coppette di carote viola con creme a piacere, grissini ai semi.



RISERVA OLTRE 20 MESI

Di lunga stagionatura, è la tipologia d'eccellenza, attestata dalla seconda marchiatura a fuoco "Riserva". La grana è molto friabile, il colore paglierino e il sapore intenso e persistente, sapido, con note di frutta secca, burro e fieno. È ideale grattugiato, per dare un tocco deciso a tanti piatti, oppure degustato in purezza con miele, mostarde, confetture, anche cioccolato.



Cestini con uova strapazzate su nidi di barbe di frate

Grattugiate finemente 80 g di Grana Padano Dop Riserva Oltre 20 mesi. Disponete sulla placca rivestita con carta da forno un cucchiaino di formaggio alla volta, a mucchietti distanziati; con il dorso del cucchiaino, schiacciateli formando dei cerchi. Cuoceteli in forno caldo a 180° per 5-7 minuti fino a quando il formaggio sarà sciolto. Sfornate le cialdine e disponetele in un portauovo, per formare dei cestini; fateli intiepidire, toglieteli e teneteli da parte.

Potete preparare le cialdine anche nel microonde: inserite la teglia e cuocete a 750W per circa 1 minuto, estraendola appena il formaggio fonde. Preparate piccoli nidi con una forchettata di barbe di frate, sbollentate e condite con poco olio, e un cestino di formaggio, riempito con 2 cucchiaini di uova strapazzate con Grana Padano Dop Riserva Oltre 20 mesi grattugiato. Completate con erba cipollina tagliuzzata e un fiore edule. Per 12-14 cestini

Grissini express ai semi misti

In una ciotola riunite 100 g di farina tipo 1 o 2 con 150 g di semola rimacinata di grano duro, 8 g di lievito per torte salate, sale, 30 g di semi misti e 50 g di Grana Padano Dop Riserva Oltre 20 mesi. Al centro versate 80 ml di olio d'oliva e 80 ml di vino bianco. Amalgamate e impastate brevemente. Appiattite un po' l'impasto sul piano di lavoro, trasferitelo tra 2 fogli di carta da forno e stendetelo con il matterello a 1/2 cm di spessore; togliete il foglio superiore e tagliate l'impasto a strisce larghe 1/2 cm con un coltello.

Arrotondate i lati con le mani per formare i grissini, disponeteli con la carta sulla placca, distanziati, e cuocete in forno ventilato a 180° per circa 18 minuti. Per 25 pezzi



Biscottini agrodolci alle noci con mostarda di pompelmo rosa

Lavorate 200 g di burro con 100 g di zucchero di canna chiaro, aggiungete, in due tempi, 320 g di farina e 100 g di farina di mais mescolate con 70 g di Grana Padano Dop Riserva Oltre 20 mesi grattugiato, sale e pepe a piacere. Unite anche 70 g di gherigli di noce tritati. Fate raffreddare in frigo l'impasto avvolto nella pellicola per almeno 2 ore. Riprendete l'impasto, stendetelo con il matterello e, con l'aiuto di uno stampino, ricavate tanti biscotti della forma desiderata. Disponeteli sulla placca foderata con carta da forno e infornate a 170° per circa 15 minuti. Servite i biscottini con un pezzetto di mostarda di pompelmo rosa e una scaglia di Grana Padano Dop Riserva Oltre 20 mesi. Per circa 30 pezzi





SPECIALITÀ ABRUZZESE

Le scorpelle sono un tipico piatto della provincia di Teramo, caratterizzate dall'assenza di latte. Sottilissime e leggere, si mangiano tradizionalmente bagnate con brodo caldo di gallina (chiamate 'mbusse in dialetto). Vengono usate anche per comporre timballi: rossi con il sugo di pomodoro e le polpettine di carne oppure in versione bianca con ortaggi a piacere, spesso carciofi. I timballi sono solitamente insaporiti con pezzetti di scamorza.



TIMBALLO DI SCRIPPELLE CON ASPARAGI E VELLUTATA

PER 6-8 PERSONE
MEDIA
PREPARAZIONE 1 ORA
COTTURA 1 ORA E 20 MINUTI

per le scorpelle 7 uova medie bio – 150 g di farina 00 – sale
per il ripieno 1,2 kg di asparagi – 1 cipolla – 130 g di Grana Padano Dop Riserva Oltre 20 mesi grattugiato e la sua crosta – 1 limone non trattato – 1 cipollotto – timo fresco – 130 g di burro + quello per la teglia – 130 g di farina 00 – 200 g di scamorza tritata – 4 fogli di pasta fillo – olio extravergine d'oliva – sale

1 Preparate le scorpelle. Sbattete leggermente le uova in una ciotola, unite la farina, sale, amalgamate poi diluite con acqua. Filtrate con un colino. Scaldate una padella di 22-24 cm, ungetela con poco olio, versate una cucchiata di composto e formate uno strato uniforme molto sottile. Quando i bordi si

staccano, girate la crespella e cuocetela brevemente dall'altra parte. Trasferitela su una gratella e proseguite allo stesso modo fino a esaurire la pasta.

2 Pulite gli asparagi e trasferite in una pentola gli scarti, la cipolla e la crosta del formaggio ben pulita; coprite con 2,5 litri di acqua e fate sobbollire per 40 minuti. Salate a metà cottura.

3 Filtrate il brodo, portatelo a bollore e cuocetevi per pochi minuti gambi e punte degli asparagi.

4 Fate appassire il cipollotto affettato sottilmente con 4 cucchiari di olio, unite gli asparagi scolati e fate insaporire. Fuori dal fuoco, unite 2 cucchiari di scorza di limone grattugiata, il succo di mezzo limone e qualche fogliolina di timo. Tenete da parte su carta assorbente.

5 Sciogliete il burro in una casseruola, unite la farina, cuocete per 2 minuti, versate 1,5 litri di brodo di asparagi bollente e portate a bollore mescolando continuamente; cuocete ancora per 2 minuti.

6 Unite il Grana Padano Dop Riserva Oltre 20 mesi grattugiato e mescolate. Tenete da parte due mestoli di salsa per accompagnare.

7 Imburrate una teglia di 20 cm a cerniera. Stendete su fondo e bordi 2 scorpelle, versate un mestolo di vellutata, coprite con uno strato di asparagi e scamorza, poi con un'altra scorpella; proseguite allo stesso modo fino a esaurire gli ingredienti, terminando con una scorpella. Coprite con carta da forno e alluminio e infornate a 190° per 30 minuti.

8 Servite con la pasta fillo arricciata, spennellata d'olio e cotta in forno a 190° per circa 10 minuti.



agnello

SARDEGNA
VS
CENTRO ITALIA



DUE CARNI DIVERSE,
MA UGUALI NELL'ECCELLENZA,
A CONFRONTO.

ENTRAMBE SALGONO
SUL PODIO SODDISFACENDO
PALATI ROBUSTI E GENTILI

testo di Cristiana Cassé, ricette di Alessandra Avallone,
foto di Laura Spinelli, styling di Stefania Aledi

In Sardegna c'è l'agnello da latte, che ha un sapor di selvatico più contenuto e carni chiarissime, mentre nel Centro Italia si trova quello un po' più grandino, più deciso nel gusto e nel colore. Ma prima di scendere nel merito del confronto, c'è da capire una cosa: perché l'eccellenza si divide tra queste due parti d'Italia non vicinissime tra loro? "Dipende da tradizioni antiche e dal

territorio, che in entrambi i casi è fatto di praterie pietrose, inadatte agli allevamenti intensivi, ma perfette per lasciare gli animali allo stato brado", spiega Alessandro Mazzette, presidente del Consorzio per la tutela dell'Agnello di Sardegna Igp. E qui, un primo dato: questi agnelli crescono liberi. "Vanno in stalla solo se nevicata", prosegue Mazzette, "proprio come una volta". Poi, a far la differenza, c'è la razza degli animali, che sono naturalizzati da secoli in una determinata area e solo lì sono veramente autentici: per il clima, per le essenze vegetali che mangiano, per l'acqua che bevono. Sull'antica Iknusa solo la razza Sarda può entrare nell'Igp, mentre nel Centro Italia il discorso si fa più ampio: il marchio di tutela comprende Toscana, Lazio, Abruzzo, Marche, Umbria e parte dell'Emilia Romagna. "Qui non si garantisce so-

lo la qualità, ma ci si impegna per preservare le antiche razze autoctone: in una parola, la biodiversità", spiega Giampaolo Tardella, presidente del Consorzio di tutela dell'Agnello del Centro Italia Igp. "Ci sono le pecore Sopravvissana e Fabrianese (Marche), l'Appenninica (Toscana), la Merinizzata italiana (Abruzzo)...". Sia qui che in Sardegna, gli agnelli sono nutriti solo con latte materno e, dopo lo svezzamento, con le erbe locali e piccole integrazioni di cereali e leguminose. Se si vanno a guardare i disciplinari si scopre però che le tre categorie di macellazione (in relazione a età e peso degli animali, vedi riquadro a pagina 67), non sono le stesse per i due territori. L'Igp sarda include il cosiddetto agnello da latte (non ancora svezzato), mentre quella del Centro Italia parte dallo step successivo, l'agnello leggero (appena svezzato). Perché questo? "Dipende sempre dalle razze", spiega Tardella, "le pecore del Centro Italia crescono più velocemente e sono più adatte come tipologie da carne, come si dice in gergo". Detto questo, si intuisce che anche in cucina le due Igp sono destinate a ricette diverse, non tanto nel modo di cottura (in tegame o al forno), quando nell'abbinamento di sapori: con il delicato agnello sardo vincono i profumi locali (zafferano, mirto) e gli ortaggi di primavera (piselli, asparagi fini), mentre il più robusto agnello del Centro Italia si presta per intingoli decisi (aglio, acciughe), cotture in umido e anche in spezzatino. Entrambi comunque sono eccellenti nel più classico dei modi: al forno con le patate novelle e i carciofi.



dai profumi campidanesi



ANTERIORE ALLO
ZAFFERANO (SARDEGNA)

pag. 66



alle tradizioni anconetane



SPEZZATINO CON IL
PANBOLLITO (MARCHE)

pag. 66

memorie di Oristano

PANADA (SARDEGNA)

pag. 66



e classici capitolini



ABBACCHIO ALLA ROMANA (LAZIO)

pag. 67

gusto di Barbagia



GRATIN CON ERBE
E PANCETTA (SARDEGNA)

pag. 67

o specialità aquilane?



ROTOLO CON LE OLIVE
(ABRUZZO)

pag. 67



ANTERIORE ALLO ZAFFERANO (Sardegna)

FACILISSIMA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 10 MINUTI
COTTURA 1 ORA E 10 MINUTI
430 CAL/PORZIONE

1,2 kg di anteriore di agnello a piccoli pezzi – 400 g di passata di pomodoro – 1 bicchiere di vino bianco – 1-2 bustine di zafferano sardo – 1 mazzetto di prezzemolo – 2 spicchi di aglio – 2 dl di brodo – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Sbucciate l'aglio e tritatelo finemente con le foglioline del prezzemolo. Stemperate lo zafferano in un mestolo di brodo caldo. Condite l'agnello con sale e pepe.

2 Rosolate i pezzetti di carne in una casseruola dal fondo spesso con 2-3 cucchiaini di olio. Quando saranno ben dorati, aggiungete il trito di aglio e prezzemolo, bagnate con il vino e lasciatelo evaporare.

3 Versate il brodo allo zafferano sulla carne e mescolate. Unite il pomodoro e mescolate ancora. Coprite e cuocete a fuoco molto dolce per 1 ora. Se il fondo di cottura si asciuga, bagnate con poco altro brodo. Se vi piace, servite con asparagi sottili cotti al vapore.



In tutto il servizio:
tessuto di sfondo
C&C Milano,
tovaglioli
La Fabbrica del lino.
Pagine 58 e 59:
piattino Arte
nel pozzo, ciotolina
La Fornacina.
Pagina 60:
americana
Bloomingville,
sottopiatto Arte
nel pozzo, piatti Mr
Bowl Ceramics,
bicchieri
Zafferano Italia.
Pagina 61: piatti
e ciotola Ceramiche
Bucci, posate
Mepra. Panada:
piatto Ceramiche
Bucci, coltello
Mepra. Indirizzi
a pagina 114

SPEZZATINO CON IL PANBOLLITO (Marche)

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
COTTURA 2 ORE
580 CAL/PORZIONE

1 spalla e 1 pezzo di carré di agnello disossati (800 g di polpa circa) con gli ossi a parte – 500 g di passata rustica di pomodoro – 3 uova – 60 g di pecorino grattugiato – 6-8 fette di pane di grano duro raffermo – 1 cipolla – 1 carota – 1 costa di sedano – 2 spicchi d'aglio – 1 foglia di alloro – 1 mazzetto di prezzemolo – 4 rametti di timo – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Pulite e lavate verdure e aromi. Mettete gli ossi in una pentola alta con la cipolla, la carota, il sedano, l'alloro e il prezzemolo e coprite generosamente di acqua. Cuocete per 1 ora circa a pentola semi coperta schiumando il brodo di tanto in tanto.

2 In una casseruola dal fondo spesso rosolate la polpa di agnello tagliata pezzettoni. Salate, pepate e aggiungete l'aglio a pezzetti, il timo e la passata di pomodoro. Cuocete lo spezzatino a fuoco dolce finché sarà morbido (1 ora circa) bagnandolo, se si asciuga troppo, con un po' di brodo.

3 Intanto, ungete con olio una teglia ampia e bassa, sistematevi le fette di pane ben vicine fra loro, irroratele con un mestolo di brodo e lasciatele gonfiare. Sbattete le uova con sale, pepe e metà del pecorino e versatele sul pane. Cospargete con il resto del pecorino e bagnate ancora con mezzo mestolo di brodo. Cuocete il panbollito in forno caldo a 190° per 30 minuti e servitelo a grosse fette con sopra lo spezzatino; pepate a piacere.

PANADA (Sardegna)

MEDIA
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 35 MINUTI
COTTURA 1 ORA E 5 MINUTI
530 CAL/PORZIONE

per la pasta 320 g di farina – 100 g di strutto – 1 tuorlo – sale
per il ripieno 350 g di polpa di agnello – 150 g di capocollo di maiale – 50 g di piselli sgranati – 50 g di fave sgranate – 2 carciofi – 1 cipolla – 2 spicchi d'aglio – prezzemolo – basilico – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Impastate la farina e lo strutto con 1 dl di acqua tiepida e 2 prese di sale (se necessario aggiungete ancora qualche goccia d'acqua). Lavorate la pasta brevemente, formate una palla, appoggiatela sul piano di lavoro, copritela con una ciotola e lasciatela riposare per 30 minuti.

2 Intanto, tritate a coltello le due carni e conditele con sale, pepe e un battuto fine di prezzemolo, basilico e 1 spicchio di aglio. Pulite i carciofi e tagliateli a fettine. Tritate la cipolla con l'aglio restante, soffriggetela in padella con 2 cucchiaini di olio e poi aggiungete i carciofi, le fave e i piselli. Salate e rosolate per 5 minuti. Lasciate intiepidire e mescolate le verdure con la carne.

3 Stendete la pasta in due sfoglie sottili, una un po' più grande dell'altra. Foderate uno stampo di 26 cm di diametro con carta forno e disponetevi la sfoglia più grande in modo che copra anche il bordo dello stampo. Riempite con l'impasto di carne e verdure, coprite con la seconda sfoglia e sigillate la pasta pizzicando tutto intorno con le dita. Spennellate la superficie con il tuorlo e cuocete in forno caldo a 190° per 55 minuti e a 220° per altri 5 minuti.

ABBACCHIO ALLA ROMANA (Lazio)

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
COTTURA 1 ORA E 5 MINUTI
600 CAL/PORZIONE

1,2 kg di posteriore di agnello tagliato a grossi pezzi – 400 g di patate rosse novelle – 3-4 acciughe sotto sale – 2 spicchi d'aglio – salvia – rosmarino – 1/2 bicchiere di vino bianco – aceto bianco – burro – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Sciacquate la carne in acqua e aceto, asciugatela con carta da cucina e condite la carne con sale, pepe e olio. Mettetela in una teglia con un po' di salvia e rosmarino e cuocetela in forno caldo a 190° per 1 ora circa: quando inizia a dorare, bagnatela con il vino.

2 Lavate le patate e scottatele con la buccia in acqua bollente salata per 2 minuti. Scolatele, tagliatele a metà e lasciatele raffreddare. Raschiate le acciughe per togliere il sale, diliscatele e tritatele con l'aglio. Mettete il trito in una casseruola, stemperatelo con 2 bicchierini di aceto e scaldatelo sul fuoco mescolando fino a sciogliere completamente le acciughe.

3 Aggiungete all'intingolo il fondo di cottura della carne, mescolate, versate il tutto sull'agnello e ripassate in forno 5 minuti. Intanto, saltate le patate in padella con 2 noci di burro, un filo d'olio, salvia e rosmarino. Salatele quando saranno dorate e servitele subito con l'agnello.

GRATIN CON ERBE E PANCETTA (Sardegna)

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 1 ORA MINUTI
630 CAL/PORZIONE

1,2 kg di agnello tagliato a piccoli pezzi – 120 g di pancetta a fettine – 80 g di pangrattato – 1 mazzetto di basilico – 4 rametti di mirto – 1 spicchio d'aglio – 1/2 bicchiere di vino – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Avvolgete ogni pezzetto di agnello in una fettina di pancetta. Oliate leggermente una teglia e disponetevi la carne in un solo strato. Aggiungete 2 rametti di mirto e cuocete in forno caldo a 180° per 50 minuti, girando la carne un paio di volte: quando inizia a dorare, bagnatela con il vino.

2 Nel frattempo, tritate finemente il mirto rimasto, con il basilico e l'aglio e mescolate il tutto con il pangrattato, sale, pepe e qualche goccia di olio.

3 Spolverizzate l'agnello con la panure aromatica e proseguite la cottura per 10 minuti circa, fino a gratinatura.

ROTOLO CON LE OLIVE (Abruzzo)

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 1 ORA
600 CAL/PORZIONE

1 spalla di agnello disossata – 200 g di olive verdi – 2 cipolle bianche – 3 carote – 1 costa di sedano – 1 spicchio d'aglio – 1 foglia di alloro – 2 chiodi di garofano – 1 mazzetto di timo – 1 mestolo di brodo – 1/2 bicchiere di vino bianco secco – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Pulite, lavate e affettate cipolle, carote e sedano. Condite la carne da ambo i lati con sale e pepe, arrotolata, legatela strettamente con spago da cucina e rosolatela con poco olio in una casseruola.

2 Sfumatela con il vino e unite le verdure affettate, l'aglio sbucciato, i chiodi di garofano, l'alloro e il timo.

3 Bagnate con il brodo e cuocete in forno caldo a 180° per 1 ora bagnando spesso l'arrosto con il suo fondo: dopo 45 minuti di cottura, aggiungete le olive. Prima di affettare il rolo, lasciatelo riposare fuori dal forno, coperto, per 15 minuti.



Pagina 63: piattino tinta unita Arte nel pozzo, cucchiaio Mepra.
Pagina 64: piatto Ceramiche Bucci, piattino Arte nel pozzo, calice Alessi.
Pagina 65: piatto MVH, piattino Asa-Selection, posate Pinti Inox. Indirizzi a pagina 114

LE CATEGORIE E I TAGLI

PER L'IGP SARDA SI DISTINGUONO 3 CATEGORIE: AGNELLO DA LATTE (30-40 GIORNI DI ETÀ PER UN PESO DI 4,5-8,5 KG), LEGGERO (35-50 GIORNI DI ETÀ PER 8,5-10 KG) E DA TAGLIO (50-65 GIORNI DI ETÀ PER 13 KG). L'IGP DEL CENTRO ITALIA PREVEDE A SUA VOLTA TRE CATEGORIE, CHE SONO PERÒ DETERMINATE SOLO DAL PESO E NON COMPRENDONO L'AGNELLO DA LATTE: AGNELLO LEGGERO (8-13 KG), PESANTE (13-20 KG), CASTRATO (OLTRE I 20 KG). UN CODICE QR PRESENTE IN ETICHETTA CONSENTE DI CONOSCERE LA PRECISA ZONA DI PROVENIENZA. IN TUTTI I CASI, SEMPRE DI AGNELLO SI TRATTA E, PUR CONSIDERANDO LE MOLTE DIFFERENZE E TRADIZIONI REGIONALI, LE CARNI SONO GIOVANI, MORBIDE E GUSTOSE. QUANTO AI TAGLI, LA PARTE ANTERIORE È LA PIÙ DELICATA, ADATTA A COTTURE VELOCI, A SCOTTADITO, MENTRE IL POSTERIORE SI PRESTA PER PREPARAZIONI DI LUNGA PERCORRENZA, IN FORNO O AL GIRARROSTO.

ITINERARI

Gourmet

A due passi da Verona solo ospitalità accuratissima e sapori: l'albergo ai piedi dei Monti Lessini e prodotti tipici come le farine, il riso Carnaroli, i salumi, i formaggi, i vini e le erbe aromatiche...

Salumificio Valpolicella

In un luogo magico, sospeso tra pianure e colline vicino al lago di Garda, da oltre cent'anni si rinnova una storia di bontà che racconta di passione, attenzione per il benessere degli animali e sapienza artigianale nella creazione di prodotti di alta qualità.

Qui, in equilibrio tra tradizione ed innovazione, tante storie di filiera si ripetono ogni giorno nell'allevamento e nella lavorazione di carni 100% italiane dalle quali nascono la delicata freschezza dei prosciutti cotti, il gusto intenso e stuzzicante degli insaccati, l'inconfondibile aroma degli stagionati...

San Pietro In Cariano (VR)

Via Casa Rossa, 5 - Tel. +39 045 7702522 - www.salumificiovalpolicella.it - 



Mulino Sartori dal 1589



Situato nell'antica valle dei mulini a nord-est della provincia veronese, Mulino Sartori è sinonimo di prodotti sani, genuini e di prima qualità. Nella gamma farine di mais GLUTEN-FREE nelle versioni crude e precotte, (bramata, fioretto e biologica) sino alle farine di frumento per le più diverse panificazioni. Un vero gioiello la Farina Rusticana con germe di grano TOSTATO: frutto di una macinazione naturale al 100%, è una farina dal profumo intenso, molto saporita, digeribile e fragrante, ricca di fibre integrali precotte, è ottima per pane, pizza e pasta fresca integrale come per cornetti e brioches.



Mezzane di Sotto - Verona

Via Villa, 33

Tel. +39 045 8880162

www.mulinosartori.it - 

Azienda Agricola Piccolboni Mattia "Terre del Bosco"



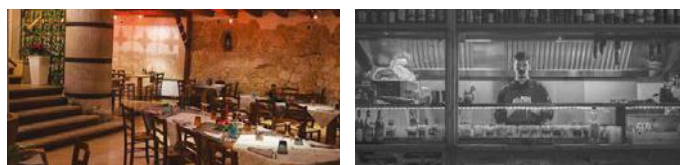
Dalla tradizione e passione di tre generazioni ha preso vita questa realtà produttrice del Vialone Nano, riso votivo della pianura veronese, e del pregiato riso Carnaroli. Inoltre, coniugando la qualità di sempre con l'innovazione, ha creato una linea di risotti in 22 gusti pronti da cuocere: eccellenti risotti da ristorante pronti in ogni istante!

Bovolone (VR)

Via Bosco, 5 - Tel. +39 045 7102400 - www.terredelbosco.com - 

Kilometro 01

Dinamico e al passo con i tempi, Kilometro 01 è un locale dalle atmosfere informali nato da una vera e propria passione per la cucina espressa. Qui gusterete hamburger farciti con pregiate carni e altri deliziosi sapori, ricchi taglieri di salumi e formaggi, piadine, panini gourmet e fantastici fritti. Inoltre ampia scelta di birre, vini e cocktail.



San Pietro In Cariano (VR)

Via Valle di Pruvignano, 1 - Tel. +39 045 770 1036

www.kilometro01.it -  

Hotel la Pergola

Da oltre 40 anni proprietà della famiglia Lovato, è stato da poco ristrutturato per offrire a breve distanza da Verona non solo 35 accoglienti camere dotate di ogni moderno comfort ma anche ristorante con cucina casalinga e ampia terrazza per la colazione estiva, sala fitness, sala biliardo, idromassaggio e piscina all'aperto. Ai piedi dei Monti Lessini e del Parco Naturale della Lessinia ricco di sentieri ed escursioni, è al centro di vari interessi culturali e sportivi: musei e giacimenti di fossili, piste da sci e palestre di roccia per chi ama il free climbing.

Grezzana (VR)

Via la Guardia, 1 - Tel. +39 045 907071

www.hotellapergolaverona.it - info@hotellapergolaverona.it - 



Il Buongusto

Azienda agricola a conduzione familiare, Il Buongusto vede da oltre trent'anni i signori Guerra coltivare con indomita passione, grande competenza, tecnologia e flessibilità diverse specie di erbe aromatiche, in particolare il basilico. L'azienda, che trasforma le materie prime coltivate in semilavorati per l'industria alimentare e il settore della gastronomia, è una convinta sostenitrice della "filiera corta", una modalità che consente tempi di trasformazione molto veloci garantendo così prodotti dal profumo intenso unici per bontà, genuinità e freschezza.

Gazzo Veronese

San Pietro in Valle (VR)

Via Olmo, 6 - Tel. +39 0442 550041

www.ilbuongustoguerra.it



Azienda Agricola F.lli Vesentini

Azienda agricola aderente al Consorzio per la valorizzazione dell'Asparago Bianco di Verona, la F.lli Vesentini è una realtà dalle solide radici specializzata proprio nella produzione di questo pregiato asparago, una delizia che si presta alla realizzazione di gustose ricette, dal classico asparagi e uova al delicato risotto. Ortaggio versatile e caro ai buongustai, quello dei tre fratelli Vesentini viene coltivato nelle versioni bianco e verde. Tenero e prelibatissimo, deve il suo particolare aroma alle caratteristiche di un territorio particolarmente vocato alla produzione.

Ronco All'Adige (VR)

Via Orimbelle, 9 - Tel. +39 045 7020048 - www.fratellivesentini.it



Gottardi Vino e Cucina

Negrar di Valpolicella (VR)

Strada del Recioto, 27/N

Tel. +39 045 2219306 - 

gottardi-vino-e-cucina.business.site

Era il 1995 quando Gianluca Gottardi aprì ad Avesa il suo primo panificio. Oggi i punti vendita sono cinque, distribuiti in tutto il Veronese. La loro formula è vincente: non solo producono pane, pasta fresca e pasticceria ma sono anche completi di enoteca e offrono una cucina di ottima qualità per colazioni, brunch, pranzi, aperitivi e cene.



LUOGHI ECCELLENTI

Siena

BUONISSIMO SPLENDORE

L'UNICITÀ ARCHITETTONICA SFIDA
QUELLA CULINARIA NELLA CITTÀ
DEL PALIO, GIUSTAMENTE RITENUTA
TRA LE PIÙ BELLE DEL MONDO

testo di Ernesto Fagiani, servizio di Emanuela De Santis,
foto dei piatti di Laura Spinelli, in cucina Antonella Pavanello

A ttorcigliata intorno al suo “Campo”, la stupenda piazza a forma di valva di conchiglia, Siena conserva miracolosamente intatto il suo splendore medievale. A sorvegliare quella che viene considerata la piazza italiana ideale, con i suoi originali dislivelli e la cortina di dimore gentilizie, si erge la torre del Mangia sveltante sul maestoso Palazzo Pubblico, cui spetta il compito di chiuderne il perimetro nel punto più basso. Il Campo è anche teatro del Palio, la sfida estiva tra contrade che, già a primavera, comincia ad elettrizzare i senesi. In attesa delle sue fatiche date, le strade sono spesso percorse da cortei di sbandieratori e i rintocchi delle campane zittite dal rullare dei tamburi.

segue >

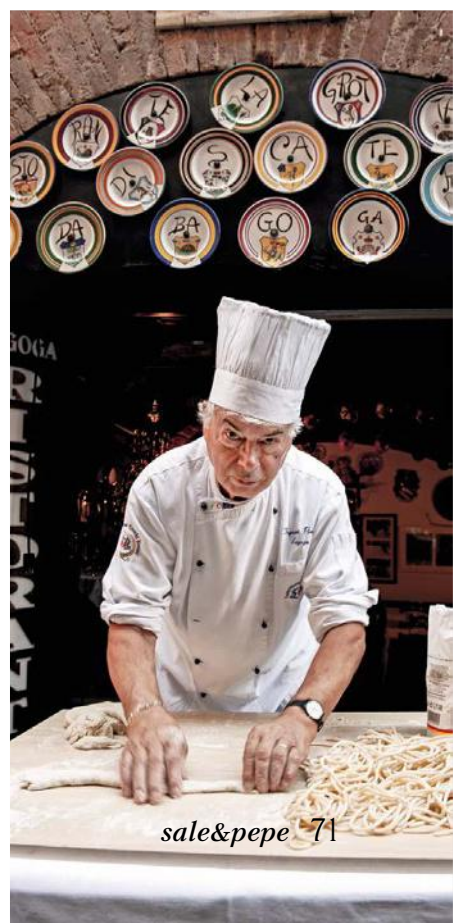


TRIPPA ALLA SENESE

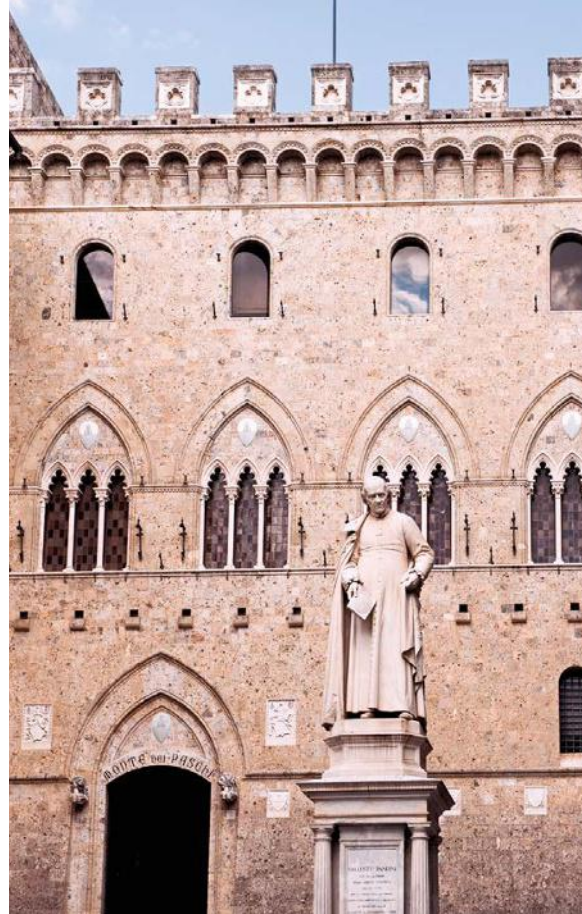
pag. 74



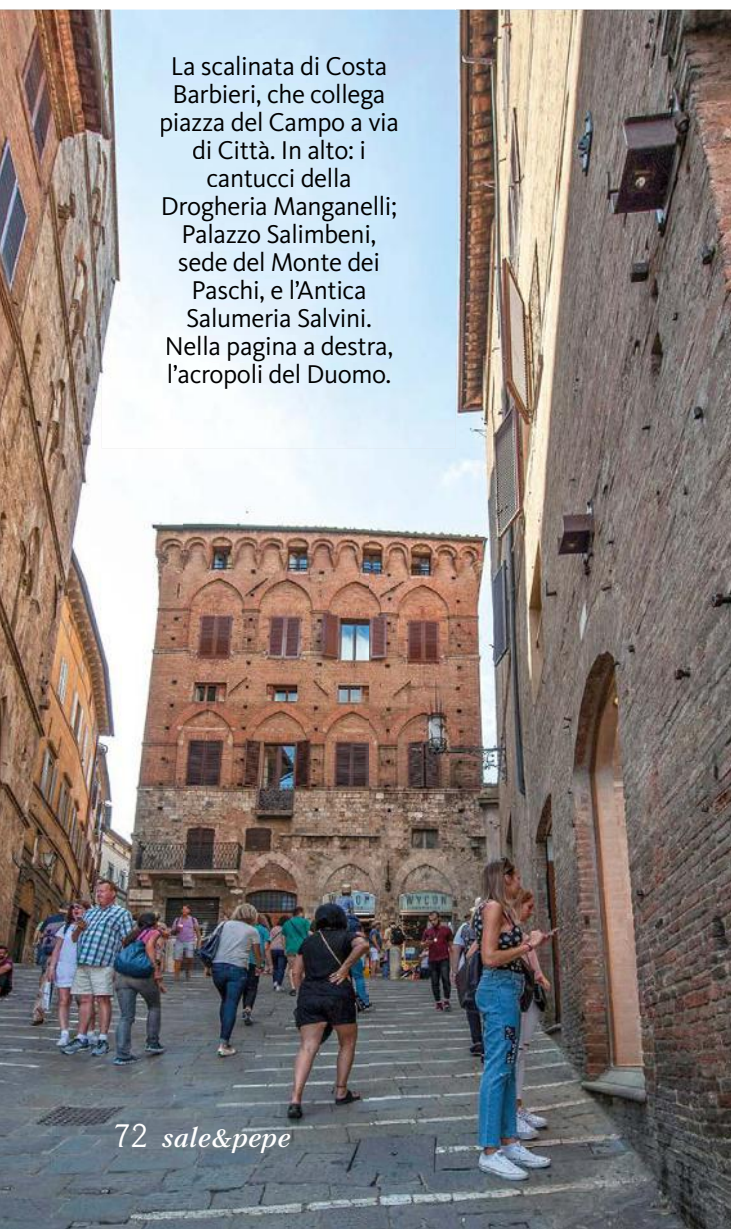
Il Duomo di Siena, importante esempio di stile romanico-gotico italiano. In alto, la Contrada della Lupa e, qui a lato, il panforte della pasticceria Nannini (a sinistra) e la pasta artigianale del ristorante Bagoga. Nella pagina accanto, piazza del Campo con la celebre Torre del Mangia e Palazzo Pubblico.



sale&pepe 71



La scalinata di Costa Barbieri, che collega piazza del Campo a via di Città. In alto: i cantucci della Drogheria Manganelli; Palazzo Salimbeni, sede del Monte dei Paschi, e l'Antica Salumeria Salvini. Nella pagina a destra, l'acropoli del Duomo.



ACQUA COTTA
pag. 74



Dal 1965 Siena si visita solo a piedi, scoprendovi tesori ben nascosti come la raccolta delle tavolette dipinte di Biccherna nell'archivio di Stato di palazzo Piccolomini. Via di Città si inerpica verso la Pinacoteca Nazionale di via San Pietro e la spianata del Duomo dell'Assunta, l'acropoli di Siena, delimitata dal Facciato, prospetto di una grande basilica incompiuta. Di fronte al Duomo, si allunga il complesso museale di Santa Maria della Scala che, dai reperti dell'antiquarium sotterraneo agli affreschi della sala del Pellegrinaio, espone due millenni d'arte senese.

Si torna in basso scendendo le scale del Battistero del Duomo fino a piazza San Giovanni, ed è come sprofondare nel passato della città. Tra gli antichi edifici con fondachi e passaggi sotterranei, volte a croce e cantine secolari riconvertite in moderni winecellar per i grandi vini della zona, Siena vive di storia. Anche nei sapori. Nei suoi dolci predomina il sentore delle spezie che i Crociati portarono in Italia: zenzero, cannella, pepe nero e chiodi di garofano. Il pampepato è raro oggi a trovarsi nella versione autentica e piccante: è stato soppiantato dal panforte, la cui odierna ricetta riprende quella del panforte Margherita, morbido, delicato, farcito di canditi e spolverizzato di zucchero vanigliato, offerto ai reali Umberto I° e Margherita di Savoia durante la loro visita al Palio. Anche i ricciarelli, profumati di limone e vaniglia e ricoperti da una crosticina rugosa, ricordano i dolci arabi e pure antica è l'origine dei cavallucci, il cui nome deriva dal fatto che, inzuppati nel vin dolce, costituivano il ristoro nelle stazioni di posta.

All'estremità opposta del Campo, via Banchi di Sopra, punta verso la Fortezza Medicea in una cortina di palazzi grigio e ocre, tra cui si aprono slarghi quadrati come piazza Salimbeni o piazza Tolomei. Piazza Matteotti è il limite che separa la città vecchia dai quartieri novecenteschi con i bei villini liberty di viale Vittorio Veneto. Nelle altre strade di Camollia (uno

dei tre Terzi, o settori, in cui era divisa Siena), tra via delle Terme e la Galluzzza, dove nacque Santa Caterina, si incontrano le osterie più tipiche, dove fermarsi per un bicchiere di rosso di Montalcino e un assaggio di fegatelli con pepe e semi di finocchio, di crostini di milza o di pecorino di Pienza. Le trattorie propongono i pici all'aglione, pasta fatta a mano con salsa d'aglio fresco, peperoncino, pomodoro e gli gnudi, gnocchetti con bietole, borragine e ortica; l'acquacotta, zuppa forte di ortaggi, brodo, uova, e fette di pane sciapo raffermo; il peposo, spezzatino dall'intensa pepatura; la scottiglia di carni miste di coniglio, pollo, agnello e manzo stufate nel Chianti; la trippa alla senese, col suo denso sugo; il cinghiale "in dolce e forte", in cui l'aspro fondo di cottura s'addolcisce con uvetta, pinoli, mandorle, canditi e persino un pizzico di cacao amaro o cioccolato a scaglie. Immane: i cantucci da inzuppare nel vin santo.

Oltre Porta Camollia si scovano invece norcinerie che producono e servono i salumi di "cinta", razza suina allevata allo stato brado da cui si ottengono prelibatezze come un prosciutto stagionato almeno 18 mesi riconoscibile dalla presenza di zampetto e zoccolo nero, la soppressa di testa, o il buristo, il più apprezzato dai palati hard. Si prepara con carni di testa, lingua e cotenne bollite, macinate con sangue e lardelli soffritti. Cotto, accompagnato da cipolle e condito con olio toscano, è un invito a visitare al più presto una delle più belle città del mondo.



LUOGHI ECCELLENTI SIENA

TRIPPA ALLA SENESE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
COTTURA 70 MINUTI
250 CAL/PORZIONE

300 g di trippa – 2 spicchi d'aglio – 1 cipolla – 1 costa di sedano – 6 cucchiaini di salsa di pomodoro – un pizzico di peperoncino in polvere – 8 cucchiaini di grana padano Dop grattugiato – 3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva – sale

1 Sistemate la trippa in un colapasta e lavatela accuratamente sotto l'acqua corrente, poi lasciatela sgocciolare, appoggiatela sul tagliere e, con un coltello ben affilato, tagliatela a striscioline. Fatela cuocere in acqua salata in ebollizione per 20 minuti. Scolatela, passatela nuovamente sotto l'acqua fredda e asciugatela con un canovaccio.

2 Sbucciate l'aglio e la cipolla e tritateli con il sedano. Fateli soffriggere in un tegame ampio con l'olio, quindi unite la trippa lessata e lasciatela cuocere per altri 30 minuti girando spesso.

3 Versate la salsa di pomodoro, unite il peperoncino e regolate di sale, mescolate e coprite il tegame con un coperchio. Cuocete ancora per un'altra mezz'ora, girando spesso la preparazione perché non si attacchi. Se dovesse asciugarsi troppo, versate un mestolino di acqua calda per portare a termine la cottura. Spegnete, cospargete di grana e servite.

ACQUA COTTA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 10 MINUTI
COTTURA 15 MINUTI
350 CAL/PEZZO

1 cipolla – 1 costa di sedano – mezzo peperoncino – 2 pomodori maturi – 750 ml di brodo di carne – 4 uova – 100 g di grana padano Dop grattugiato – 2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva – 150 g di pane casereccio sciapo, possibilmente cotto a legna – sale

1 Sbucciate e tagliate finemente la cipolla, mondate e tritate il sedano e fateli soffriggere in un

tegame con l'olio e il peperoncino, aggiungete i pomodori tagliati a pezzi e lasciate insaporire il tutto per circa 10 minuti.

2 Versate il brodo nel tegame e fate scaldare. Intanto sgusciate le uova, sbattetele e mescolatele con il grana e un pizzico di sale. Quando il mix sarà ben amalgamato, unitelo al brodo in ebollizione e mescolate.

3 Tagliate il pane a fette sottili, adagiatele sul fondo di una zuppiera e versate il composto di uova e brodo. Se vi piace, prima di suddividere nei piatti, unite un altro uovo intero per persona e aggiungete qualche fetta di pane leggermente tostata.

SCHIACCIATA DI PASQUA

FACILE
PER 4 PEZZI
PREPARAZIONE 40 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 60 MINUTI
1280 CAL/PEZZO

1 kg di farina – 35 g di lievito di birra – 4 uova – 250 g di zucchero – 1 arancia – 1 limone – 100 ml di liquore (quello tipico senese è venduto sfuso alla Drogheria Manganelli, in alternativa utilizzate 50 ml di rosolio alla menta e 50 ml di liquore Strega)

1 Fate sciogliere 10 g di lievito in una tazza d'acqua tiepida e mescolatelo con poca farina (circa 200 g). Lasciate riposare questo lievito per almeno otto ore.

2 Su una spianatoia disponete la farina rimasta a fontana, sgusciatevi al centro le uova, unite lo zucchero, il succo dell'arancia, quello del limone e il liquore. Sbattete con una forchetta gli ingredienti e aggiungete il lievito preparato più il lievito rimasto sciolto in poca acqua tiepida (o latte). Lavorate la pasta finché sarà omogenea e compatta e dividetela in 4 palline.

3 Disponete ogni pallina in uno stampo usa e getta largo e alto come quelli per il panettone e lasciatela lievitare al caldo per almeno 4 ore.

4 Quando le palline avranno quadruplicato il volume, infornatele a 180° per circa un'ora. Se la superficie si scurisce troppo, copritela con un foglio di alluminio. Servitele fredde.

TACCUINO DI VIAGGIO

RISTORANTE BAGOGA
VIA DELLA GALLUZZA 26
TEL. 0577 282208

LOCALE D'ATMOSFERA GESTITO DA UN'EX FANTINO DEL PALIO: PICI AL RAGÙ BIANCO, RIBOLLITA, PEPOSO, COLLO DI POLLO RIPIENO.

CONSORZIO AGRARIO DI SIENA
VIA G. PIANIGIANI 9
IL MEGLIO DEI PRODOTTI DEL TERRITORIO. IL BANCO DEL PANE È GESTITO DAL RINOMATO FORNO MENCHETTI DI AREZZO.

ANTICA SALUMERIA SALVINI
SS 73 PONENTE 46
OSTERIA-NORCINERIA CON SALUMI PRODOTTI ARTIGIANALMENTE: SALSICCIA FRESCA, SALAME SENESE, SOPPRESSATA DI TESTA, CAPOCOLLO E IL RARO BURISTO.

BOTTEGA DI SOLIMANO
VIA DELLE TERME 19
MACELLERIA CON CARNI SCELTISSIME DA FATTORIE TOSCANE E PIATTI PRONTI DELLA TRADIZIONE, DALLA TRIPPA ALLA SCOTTIGLIA (IL COSIDDETTO "CACIUCCO DI TERRA").

PASTICCERIA SINATTI
VIA DELLA SAPIENZA 38
PANFORTE, RICCIARELLI, CANTUCCI, OSSI DI MORTO E CAVALLUCCI PREPARATI SECONDO TRADIZIONE.

GASTRONOMIA MORBIDI
VIA BANCHI DI SOPRA 75
CHIC E SU TRE PIANI, OFFRE APERITIVI, PRANZI VELOCI E VENDITA DI SPECIALITÀ.

PASTICCERIA NANNINI
VIA BANCHI DI SOPRA 24
IL BAR-PASTICCERIA CHE HA FATTO CONOSCERE IN TUTTA EUROPA I DOLCI SENESI.

ANTICA DROGHERIA MANGANELLI
VIA DI CITTÀ 71-73
SPEZIE, DOLCI, BISCOTTI, PANFORTE ARTIGIANALE, LIQUORI RARI E FRUTTA SECCA SU SCAFFALI DI LEGNO SCURO.

VINI DI TOSCANA
VIA DI CITTÀ 17
DISTILLATI, BIRRE ARTIGIANALI ED ETICHETTE DI PICCOLI PRODUTTORI.

CAFFÈ FIORELLA
VIA DI CITTÀ 13
TORREFAZIONE DOVE SORSEGGIARE IL MIGLIOR CAPPUCCINO DI SIENA.



In questa pagina, tre strade del centro storico, chiuso al traffico da ben 55 anni. In basso a destra, i cavallucci, biscottini di mandorle, miele e chiara d'uovo.



SCHIACCIATA
DI PASQUA





SKYR

IL PIACERE FRESCO
DI MONTAGNA

100% LATTE FIENO
dell'Alto Adige



+++
Proteine

0%
Grassi

Mila SKYR è una specialità di latte prodotta secondo una ricetta islandese, da gustare come uno yogurt. È povero di grassi e ricco di proteine con un gusto pieno. Mila SKYR è fatto solo con Latte Fieno dell'Alto Adige e ingredienti selezionati.

WWW.MILA-SKYR.IT

se il cibo cambia la terra

BUONE AZIONI PER VIVERE MEGLIO

di Silvia Bombelli

L'ORTO IN FREEZER

Impatto "sottozero"

Con gli scarti vegetali si producono biogas, l'acqua viene riciclata e nei campi si usano meccanismi di regolazione naturale. Sono le condotte "green" di Orogel, primo produttore di vegetali freschi surgelati italiano, che ha come obiettivo la coltivazione a residuo zero, anche usando mezzi di trasporto a metano che riducono l'emissione di CO₂ (orogel.it).



PACKAGING INTELLIGENTE

Olio extragreen

La siciliana Boniviri, che produce alimenti d'eccellenza, ha vinto il "Premio speciale green" per il packaging sostenibile dell'olio. La scatola, senza plastica, sfrutta la tecnologia ad alveare per la sicurezza nel trasporto e la carta è a base di scarti agroalimentari dalla filiera di olive e poca cellulosa per una riduzione del 20% della carbon footprint. Le emissioni residue saranno compensate nuovi alberi (boniviri.it).



Pesca certificata

PER OCEANI SEMPRE PIÙ BLU

I mutamenti climatici mettono a rischio gli ecosistemi marini. Temperature più alte significano migrazioni di specie con relativo sconvolgimento della catena alimentare. Ma i veri "predoni" siamo noi. Solo una pesca responsabile, come quella promossa da MSC -organizzazione no profit internazionale che opera da 20 anni a salvaguardia degli oceani - può salvare la biodiversità. Lo sostiene anche la FAO, rilevando che il 34,2% degli stock ittici è pescato a livelli biologicamente insostenibili. MSC controlla tutta la filiera, dal peschereccio al confezionamento e certifica con il marchio blu solo i prodotti "sostenibili" per riportare armonia in mare e in tavola. Questione urgente in Italia, dove ben il 70% del pesce è importato e perlopiù da paesi in via di sviluppo. Per ripopolare i fondali tutelando lavoratori del settore e consumatori, MSC ha attivato il progetto BluFish: pratiche e strumenti ecologici per i pescatori italiani (msc.org/it).

CANTINE UNIFICATE

Grappoli sostenibili

Per una filiera sostenibile e una campagna più bella le cooperative di produttori dell'Emilia Romagna hanno sottoscritto il progetto Legami di vite, che prevede lo stanziamento di 115 milioni di euro per la riconversione verde del settore vitivinicolo (enotecaemiliaromagna.com).



CUCINA ALTRUISTA

Studenti solidali

Si moltiplicano le iniziative delle scuole alberghiere a sostegno dei bisognosi. Le cucine degli istituti si trasformano in laboratori per la preparazione di squisiti piatti per i poveri. Primi a lanciare l'iniziativa gli studenti del Colombatto di Torino che, in tempi di pandemia, non hanno smesso di lavorare: per se stessi senza mai dimenticare gli altri (ipcolombatto.edu).



asparagi

AFFETTATI SOTTILI PER FARCIRE LA MILLEFOGLIE, I GAMBI FRULLATI A CREMA PER PREPARARE LA ZUPPA E I RIPIENI O LE PUNTE APPENA SBOLLENTATE PER GUARNIRE E DARE FRAGRANZA, OFFRONO NUOVI SPUNTI PER SFIZIOSI PIATTI DI PRIMAVERA

a cura di Daniela Falsitta, foto archivio Sale&Pepe





MILLEFOGLIE DI FILLO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 45 MINUTI
570 CAL/POZIONE

250 g di pasta fillo – 500 g di asparagi
– 200 g di feta – 2 uova – 5 dl di latte –
40 g di grana padano Dop grattugiato
– 20 g di burro – noce moscata – sale
– pepe

1 In una ciotola sbattete le uova con un pizzico di sale, incorporate il latte, pepe e noce moscata grattugiata e continuate a sbattere con la frusta per amalgamare. Sciacquate la feta, asciugatela con la carta assorbente, sbriciolatela e unitela al composto.

2 Eliminate la parte fibrosa del gambo degli asparagi, spellate quello rimasto con il pelapatate, lavateli e cuoceteli al vapore per 6-7 minuti. Imburrate una pirofila, rivestite il fondo e i bordi con 2 fogli di pasta fillo sovrapposti, poi immergete un altro foglio di pasta nel mix di uova, scolatelo e disponetelo nella pirofila avendo cura di raccogliere anche un po' di feta.

3 Ripetete il passaggio con la metà dei fogli rimasti. Affettate gli asparagi nel senso della lunghezza, distribuitene la metà sulla pasta e cospargete con 20 g di grana. Disponete i fogli rimasti con la stessa modalità e finite con i rimanenti asparagi e grana. Infornate a 180° per 35 minuti.

ZUPPA AL CURRY

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 25 MINUTI
350 CAL/POZIONE

450 g di asparagi – 250 g di patate
– 4 dl di latte di cocco emulsionato
– 1 cucchiaino di pasta di curry verde
(specialità thailandese in vendita nei negozi di alimenti orientali oppure online) – 1 cipolla – 1 lime – olio extravergine d'oliva – sale

1 Eliminate la parte fibrosa del gambo degli asparagi, lavateli, pelate il resto del gambo e tagliateli a pezzetti, lasciando intere le punte. Sbucciate e tagliate a dadini le patate; sbucciate e tritate la cipolla, stufatela in un tegame con 2 cucchiaini d'olio e unite le patate. Rosolatele per qualche minuto, bagnate con 3 cucchiaini d'acqua e cuocete a fuoco moderato per 10 minuti. Incorporate la pasta di curry, mescolate e cuocete altri 3 minuti.

2 Versate il latte di cocco (tranne 2 cucchiaini) e 0,5 dl d'acqua, salate e portate a bollore. Unite gli asparagi (tranne qualche punta) e cuoceteli per 5 minuti.

3 Sbollentate 2 minuti le punte tenute da parte. Frullate la minestra con il mixer a immersione, dividetela nei piatti individuali e completate con il succo di 1/2 lime e il latte di cocco rimasto, a gocce. Guarnite con le punte, il lime rimasto a fettine e, se vi piace, cocco fresco a scaglie e coriandolo.



INTERVISTA

Gli asparagi di Camillo Benso

IL 29ENNE ANDREA RONCO COLTIVA QUELLI DI SANTENA, CHE CRESCONO NEI TERRENI SABBIOSI DEL COMUNE TORINESE ED ERANO PREDILETTI DA CAVOUR (CHE DIEDE UN GRANDE IMPULSO ALLA LORO PRODUZIONE).

CHE CARATTERISTICHE

HANNO? SI TRATTA DI ASPARAGI MOLTO TENERI E DAL GUSTO PARTICOLARMENTE DOLCE. IL GAMBO È PER L'80% VERDE, MA HA UN FINALE BIANCO VOLENDO IN PARTE UTILIZZABILE.

RICHIEDONO CURE

PARTICOLARI? LA RACCOLTA VA FATTA A MANO CON UNO SPECIALE COLTELLO A PUNTA LARGA E CURVA: NEI NOSTRI TERRENI SABBIOSI AFFONDA FACILMENTE E SCALZA L'ASPARAGO SENZA SCIUPARNE IL GAMBO.

QUANDO SI GUSTANO?

TRA LA FINE DI MARZO E L'INIZIO DI GIUGNO.



CRESPELLE VERDI AL CAMEMBERT

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI
COTTURA 30 MINUTI
570 CAL/POZIONE

2 uova - 200 ml di latte - 200 g di farina 00 - 2 mazzi di asparagi (circa 1 kg in totale) - 160 g di camembert - 40 g di granella di pistacchi - 60 g di grana padano Dop grattugiato - 120 g di besciamella - burro - sale - pepe

1 Sbattete le uova con il latte, la farina, 1/2 cucchiaino di burro fuso e un pizzico di sale; coprite e fate riposare per 30 minuti.

2 Mondate gli asparagi, mettete da parte metà delle punte, lessate la parte restante e frullatela a crema. Mescolate la crema ottenuta (tranne 2-3 cucchiaini) con il grana, sale, pepe, 3/4 del camembert a pezzettini e metà della granella di pistacchi.

3 Scaldate una padella antiaderente, imburrate e versatevi un mestolino di pastella. Appena è rassodata, girate la

crespella dall'altro lato, trasferitela su un piatto e preparatene un'altra fino a esaurire la pastella.

4 Farcite le crespelle con la crema di asparagi, arrotolatele e sistematele in una pirofila imburrata. Versatevi sopra la crema di asparagi rimasta mescolata con la besciamella, i pezzetti di camembert e il grana rimasti, burro a fiocchetti e infornate a 180° per 20 minuti. Tagliate a metà le punte messe da parte, sbollentatele 2 minuti e distribuitele sulle crespelle con la granella di pistacchi rimasta.



TRADIZIONE ITALIANA

ROCCA^{DEI}FORTI

EMOZIONE N°1

#emozionivivere



www.RoccaDeiForti.it



ACETO balsamico

IL "TRADIZIONALE DI REGGIO EMILIA" RACCONTATO
DALL'APPASSIONATA VOCE DEI PRODUTTORI.
DEPOSITARI DI UN'ARTE MERAVIGLIOSA E ANTICA,
VANTO DEL MADE IN ITALY

a cura di Cristiana Cassé, testi di Riccardo Lagorio, foto del servizio di Gian Marco Folcolini
e dei piatti di Laura Spinelli, ricette di Giovanna Ruò Berchera, in cucina Livia Sala

Nella pagina accanto, una degustazione all'acetaia Lica di Stefano Cortesi (San Polo d'Enza, RE). Qui sotto, la sigillatura delle bottiglie con ceralacca presso la sede del Consorzio di Tutela (Reggio Emilia). A destra, Andrea Bezecchi, patron dell'acetaia San Giacomo (Novellara, RE) e presidente del Consorzio di tutela dell'AbtRE.



TOSONE ALLA PANCETTA

pag. 86



Qui sopra, un'immagine della batteria di botticelle da l'invecchiamento all'acetaia San Giacomo: i locali sono organizzati con pannelli e illustrazioni che descrivono le fasi e i materiali di lavorazione.



CIPOLLE RIPIENE
pag. 86

Qui sotto, una botticella all'acetaia Al Livel di Fabio Simonazzi (Gualtieri, RE). Come di tradizione, fa parte di una batteria numerata costituita da botticelle di dimensioni degradanti e di legni diversi: l'aceto passa dall'una all'altra, fino alla più piccola, da cui viene poi raccolto.



Qui sopra, Giordana e Giuliano Razzoli, che hanno ripristinato l'acetaia di famiglia a 600 metri di altitudine (Villa Minozzo, RE).



FILETTO DI MAIALE
FARCITO
pag. 86

Tradizionale è un aggettivo spesso abusato. Esistono tuttavia circostanze in cui fa davvero la differenza: un esempio è la Dop Aceto balsamico tradizionale di Reggio Emilia (d'ora in avanti AbtRE), dove la diversità sta proprio in quel "tradizionale" che indica il metodo di lavorazione, frutto di una secolare esperienza. Si ritiene nientemeno che a questo figlio del territorio reggiano si riferisse, nell'XI secolo, il benedettino Donizone, biografo di Matilde di Canossa, citando il dono di Bonifacio (padre di lei) all'imperatore Enrico III.

La visita all'Acetaia San Giacomo di Novellara si rivela un'epifania sul mondo dell'AbtRE: Andrea Bezecchi ha organizzato l'acetaia evidenziando tramite pannelli e illustrazioni le fasi e gli elementi naturali necessari per ottenere la produzione. Il fattore tempo segna una fondamentale differenza con altri prodotti. "L'AbtRE è il risultato di una doppia fermentazione di mosti di uve reggiane, cotti per almeno 12 ore. Questi, ricchi di sostanze aromatiche e zuccherine, subiscono una prima fermentazione alcolica e vengono travasati nelle badesse, le grandi botti dove si sviluppa la fermentazione acetica", chiarisce Bezecchi. A fare il resto sono un invecchiamento lungo di decenni e i numerosi travasi in botticelle di dimensioni sempre più piccole e di legni diversi (la "batteria").

Non distante dalla zona golenare del Po, a Gualtieri, Fabio Simonazzi dell'Acetaia Al Livel, è uno storico produttore che aderisce al Consorzio di tutela. Coltiva numerose varietà di uva che verranno trasformate dall'uomo e dal tempo in AbtRE. È convincente nello spiegare che "anche la terra ha un valore centrale nell'ottenimento di questo aceto, poiché Lambruschi, Trebbiano e Spergola assicurano le caratteristiche ideali al mosto da lavorare, in particolare l'apporto acido: alle varietà più diffuse io affianco anche la Fogarina, l'uva resa celebre dal popolare canto".

Alla scoperta del complesso mondo dell'AbtRE, nell'Acetaia Lica di Stefano Cortesi, sulle colline di San Polo d'Enza, è il fattore "F", fuoco e famiglia, a contrassegnare la sosta. Dal vigneto di 1000 metri quadrati, il mosto passa nel calderone di rame e viene fatto addensare a fuoco diretto perdendo, in alcuni casi, il 40% del volume. Il mosto cotto

viene poi trasferito nella badessa. "La batteria di botticelle è un bene di famiglia e in alcuni casi rappresenta l'eredità che si passa da una generazione all'altra, come ho fatto io con i figli Lisa e Luca". Nell'ultima botte, quella più piccola e da cui di attinge l'aceto, si preleva al massimo il 15% all'anno: "vi rimane quindi un quantitativo antico, l'anima della famiglia", racconta mostrando le batterie che riposano all'interno del caratteristico solaio.

Il succedersi delle escursioni termiche, delle estati sempre più calde e di inverni umidi, sono un'altra variabile fondamentale. Lo si capisce bene incontrando i fratelli Giuliano e Giordana Razzoli, che hanno ripristinato l'acetaia di famiglia a 600 metri di altitudine: una delle batterie presenti nell'acetaia è il regalo della loro madre, simbolo dell'unità familiare. "Qui l'evaporazione può rivelarsi più lenta, tuttavia il clima asciutto dell'alta collina compensa in parte le temperature più elevate della pianura, così che il risultato è pressoché uniforme", spiegano.

Il percorso verso il capoluogo attraversa calanchi e tocca castelli, come quello di Carpineti, rilevante nella narrazione dell'AbtRE per essere uno dei manieri abitati da Matilde di Canossa. I coniugi Antonio Giordano e Adele Braglia, gestori di uno storico ristorante del centro, dinanzi alla propria collezione di batterie insegnano a consumare l'AbtRE sempre a crudo: "L'abbinamento migliore rimane quello con il Parmigiano reggiano Dop o per condire un risotto alla zucca". Non distante, nella sede del Consorzio di tutela, i cinque mastri acetai stanno terminando la degustazione dei campioni che porterà all'assegnazione della Dop nelle tre categorie aragosta, argento e oro, definite secondo densità, viscosità, colore, persistenza, armonia e a una mezza dozzina di altri parametri. Una volta indicata la classe di appartenenza un ente terzo super partes provvederà a sigillare con ceralacca le bottiglie di AbtRE Dop.

le nostre scelte

Acetaia San Giacomo

Strada Pennella 1
Novellara (RE)
Telefono 0522651197
acetaiasangiaco.com

Acetaia Al Livel

Via Pieve 94A
Gualtieri (RE)
Telefono 3389241240

Acetaia Lica

Loc. Macigno Montemoro 3
San Polo d'Enza
Telefono 3487306777

Acetaia Razzoli

Contrada Razzolo
Villa Minozzo (RE)
Telefono 3339949736

Acetaia Giordano Braglia

Via Aristide Gabelli 8/1
Reggio Emilia
Telefono 3488537994

Consorzio Tutela AbtRE

Via Jospi Broz Tito 11D
Reggio Emilia
Telefono 0522381289
acetobalsamicotradizionale.it



TOSONE ALLA PANCETTA

FACILISSIMA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 4 MINUTI
500 CAL/PORZIONE

400 g di tosone (rifilatura di parmigiano reggiano Dop fresco)
– **120 g di pancetta tesa stagionata affettata non troppo sottile** – **300 g di tarassaco** – **150 g di radicchio rosso primaverile** – **1 carota** – **8 pomodorini** – **aceto balsamico tradizionale di Reggio Emilia Dop** – **olio extravergine d'oliva** – **sale**

1 Pulite e lavate tutti gli ortaggi. Riduce la carota a julienne e i pomodorini in quarti.

Tagliate il tosone a bastoncini di 8-10 cm di lunghezza.

2 Mettete le fette di pancetta su un tagliere, appoggiate al centro di ognuna un bastoncino di tosone e arrotolate. Sistemate gli involtini in una teglia foderata con carta da forno e cuocete nella parte alta del forno, scaldato a 220°, per 4-6 minuti circa o finché la pancetta sarà croccante e il formaggio parzialmente fuso.

3 Condite l'insalata con olio, sale e un po' di aceto, suddividetela nei piatti, sistematevi accanto gli involtini e irrorate anch'essi con poco aceto. In alternativa potete condire l'insalata con una salsa preparata emulsionando olio, sale e aceto con 2 tuorli sodi passati setaccio. Oppure realizzate uno zabaione salato sbattendo a bagnomaria 2 tuorli con 30 ml di aceto e 30 ml di extravergine delicato.



CIPOLLE RIPIENE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 1 ORA E 30 MINUTI
550 CAL/PORZIONE

8 cipolle dorate – **75 g di parmigiano reggiano Dop di 36 mesi di stagionatura grattugiato** + **75 g in scaglie** – **100 g di fondo di prosciutto crudo di Parma Dop** – **1 uovo** e **1 tuorlo** – **2 fette di pane casereccio raffermo** – **2 rametti di timo** – **1 ciuffo di prezzemolo** – **50 ml di latte** – **60 g di burro** – **aceto balsamico tradizionale di Reggio Emilia Dop** – **sale**

1 Cuocete le cipolle con la buccia in forno caldo a 190° finché saranno tenere (1 ora scarsa). Sbucciatele, tagliatele a metà e sfogliatele in modo da ottenere tanti scodellini composti da due foglie. Tritate 1/3 dei cuori di cipolla e saltateli in padella con 20 g di burro e il timo (utilizzate i cuori restanti per un'insalata da condire con poche gocce di balsamico).

2 Sbattete l'uovo e il tuorlo con il latte e fatevi ammorbidire il pane spezzettato. Impastatelo con le mani e poi unite il prosciutto tritato, il parmigiano grattugiato, il prezzemolo lavato e sminuzzato e le cipolle saltate. Amalgamate bene e salate solo se necessario.

3 Usate 20 g del burro rimasto per imburrare una pirofila, sistematevi le cipolle, farcitele con il composto preparato e distribuitevi il burro rimasto in fiocchetti. Cuocetele in forno caldo a 190° per 20-25 minuti, quindi distribuite sulla superficie il parmigiano in scaglie e proseguite la cottura per 5 minuti circa, finché si sarà formata una crosticina. Servite caldo o tiepido; completate all'ultimo con qualche goccia di aceto balsamico.

FILETTO DI MAIALE FARCITO

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 50 MINUTI
460 CAL/PORZIONE

1 filetto di maiale di 6-700 g
– **60 g di fondo di prosciutto crudo affettato (o di pancetta tesa stagionata)** – **100 g di bietole** – **100 g parmigiano reggiano Dop in scaglie** – **1 costa di sedano** – **1 carota** – **4 scalogni** – **2 spicchi di aglio** – **1 mazzetto aromatico** – **1 bicchiere di vino bianco** – **1/2 bicchiere di brodo** – **aceto balsamico tradizionale di Reggio Emilia Dop** – **olio extravergine d'oliva** – **sale** – **pepe**

1 Pulite e lavate erbe e ortaggi. Scottate a vapore le bietole. Mettete il filetto su un tagliere e apritelo a libro ruotando a spirale con un lungo coltello ben affilato. Battetelo un poco con il batticarne e disponetevi sopra le fette di prosciutto, le bietole e il parmigiano. Arrotolatelo riportandolo alla forma originaria e legatelo con spago da cucina.

2 Sistemate il filetto in una pirofila non troppo larga, ungetelo con olio e infornatelo a 230° per 10 minuti. Quindi, aggiungete gli scalogni tagliati a metà, il sedano e la carota a pezzettoni, il mazzetto aromatico e l'aglio schiacciato. Abbassate la temperatura a 180° e proseguite la cottura per 5 minuti.

3 Irrorate la carne con il vino, lasciatelo evaporare parzialmente, salate, pepate e cuocete per altri 30 minuti: bagnate il filetto con il brodo, poco alla volta, durante la cottura. Lasciate riposare la carne nel forno spento per 5 minuti, poi affettatela e servitela cospargendola con gocce di aceto balsamico.

sale&pepe shopping



Colomba Tre Marie

Come sempre Tre Marie punta sulla selezione delle migliori materie e sull'impegno verso una filiera sostenibile. Tra le novità, la Colomba Caramel Doré ha crema al lime nell'impasto, copertura di cioccolato bianco al caramello ed è decorata con mandorle caramellate.



Le Zagare di Olio Clemente

Prende il nome dagli agrumeti del Gargano, l'olio extravergine 100% italiano estratto a freddo e non filtrato per conservare intatta la sua autenticità. Prodotto con olive selezionate Ogliarola e Coratina, ha gusto elegante e fruttato e si accompagna a ogni pietanza senza mai prevalere.



Latterie Tre Cime

La storica cooperativa altoatesina di Dobbiaco (Bz) presenta l'Originale Dobbiaco "Golden Edition", formaggio semiduro da taglio, molto versatile, dal sapore delicato ma deciso, realizzato con il purissimo Latte Fieno STG proveniente dai masi dell'Alta Pusteria.



Rosé di Rivera

Le caratteristiche peculiari della varietà Bombino Nero, tipica di Castel del Monte in Puglia, danno vita a questo rosé fresco e sapido, dal gusto morbido e delicato, ideale come aperitivo o con piatti di mare e carni bianche.



Speck Alto Adige Recla

Utile in tante ricette, lo Speck Alto Adige Igp di Recla, nel formato trancio da 400 g, può essere tagliato a cubetti, sticks, listarelle e in vari spessori, così da essere molto versatile in cucina. L'inconfondibile aroma contribuirà a rendere i piatti ricchi di gusto.



Il Pesto di Pra'

Dal basilico a foglia piccola con profumo delicato, appena colto e senza conservanti, nasce il famoso Pesto di Pra'. Fedele alla tradizione, l'antica ricetta comprende anche: pinoli, aglio, Parmigiano Reggiano, Grana Padano Dop, Pecorino, sale marino e olio extravergine.



Mele Val Venosta

Grazie al nuovo portale e-commerce LaSaporeria.it, oggi ogni consumatore può scoprire il gusto unico di tutte le varietà di mele venostane consegnate direttamente a casa, in una box esclusiva. Basta un solo click.



Yogurt Latteria Merano

Lo yogurt intero extra cremoso Latte Fieno, proveniente da mucche allevate con erba fresca e fieno d'alpeggio, senza Ogm, conservanti, dolcificanti e aromi aggiunti, si presenta nel nuovo gusto di arancia rossa. In più il vasetto è in carta 100% riciclabile.



Spumante Matteo Soria

È la nuova versione secca dello spumante aromatico per eccellenza: Asti Docg Brut da uve Moscato bianco al 100%, con il suo profumo fragrante e floreale, dal sapore secco ed equilibrato, è ideale con pesce, crostacei, risotti e formaggi freschi.



Guanciale amatriciano

IL TIPICO SALUME DEL CENTRO ITALIA
HA UN GUSTO INTENSO
E AROMATICO E UNA CONSISTENZA
COMPATTA, L'IDEALE PER INSAPORIRE
I PRIMI PIATTI DELLA TRADIZIONE

di Marina Cella, foto di Maurizio Lodi, styling di Laura Cereda

Amatissima e conosciuta nel mondo, simbolo di ripartenza dopo il terremoto del 2016, la salsa “Amatriciana Tradizionale” nel 2020 ha ottenuto dall’Unione Europea il riconoscimento di STG (Specialità Tradizionale Garantita), dopo quelli nazionali (De.Co., Denominazione Comunale; PAT, Prodotto Agroalimentare Tradizionale). Lo scopo è tutelarla da imitazioni, sottolineandone il legame con il territorio e i suoi ingredienti. Primo fra tutti il guanciale di tipo amatriciano, prodotto in Lazio nei comuni di Amatrice e Accumoli (RI) e in Abruzzo in quello di Campotosto (AQ), dichiarato ufficialmente insostituibile per il tipico piatto di pasta, con buona pace di chi preferisce la pancetta. Ha infatti una consistenza più compatta, perfetta per la rosolatura, e un sapore più intenso e aromatico, meno sapido rispetto alla sua “rivale”. Al taglio la parte di grasso nobile, bianca, è attraversata da una venatura

magra di colore rosso. “La materia prima è la gola fresca di suino pesante, rigorosamente nazionale, rifilata a forma di triangolo”, spiega Chiara Castelli, titolare del salumificio Sano di Accumoli, maggiore produttore italiano, che non ha mai interrotto la produzione nonostante il terremoto. “Dopo la salagione con sale e aglio per circa una settimana, il guanciale viene sgocciolato, legato e insaporito sulla faccia frontale con il pepe; segue la stagionatura per 60-90 giorni. È dunque un prodotto semplice e povero ma dotato di uno spiccato carattere, che esalta le ricette della tradizione, in particolare i piatti di pasta”.

tra Lazio e Abruzzo

Il guanciale di tipo amatriciano è diffuso in tutto il Lazio e a Roma, dove insaporisce molti piatti tipici; ma viene prodotto anche nel vicino Abruzzo: fino al 1927 Amatrice apparteneva alla provincia de L'Aquila, poi passò a quella laziale di Rieti. La specialità amatriciana è acquistabile online e in alcuni supermercati di tutta Italia.

GUANCIALE IN AGRODOLCE

PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE
15 MINUTI
COTTURA 15 MINUTI
900 CAL/PORZIONE

500 g di guanciale tagliato a fette piuttosto grosse – **2 grosse cipolle** – **1 cucchiaino di zucchero** – **6 cucchiaini di aceto di vino** – **3 cucchiaini di vino bianco secco** – **4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva** – **sale** – **pepe** – **pane casereccio per accompagnare**

1 Riscaldate l'olio in un'ampia padella e fate rosolare per qualche minuto il guanciale. Nel frattempo pulite le cipolle, sbucciatele e tagliatele a fettine sottili. Unitele al guanciale, cospargetele con lo zucchero e proseguite la cottura bagnando ogni tanto con il vino e l'aceto mescolati insieme.

2 Lasciate che il sugo si restringa. Nel frattempo tostate alcune fette di pane. Disponete il guanciale con le cipolle sulle fette di pane tostate e servite caldissimo. In alternativa potete sostituire il pane con fette di polenta abbrustolite.

*Ricetta tratta dal libro
"Ricette tradizionali della
provincia romana"
di Oretta Zanini De Vita*

Dalla gricia alla carbonara

L'origine del guanciale è legata alla vita dei pastori dei Monti della Laga, a cavallo tra Lazio e Abruzzo, che durante la transumanza avevano bisogno di un prodotto nutriente e non deperibile da portare con sé, insieme al pecorino e alla farina. Proprio dalla semplice unione di questi ingredienti nacque la pasta alla gricia, detta anche amatriciana bianca, che i pastori preparavano in una padella di ferro. Più celebre l'amatriciana rossa, con l'aggiunta del pomodoro: arrivato in Europa nel 1500, l'ortaggio fu sperimentato a Napoli nel 1700, e in seguito giunse nel Lazio e a Roma. Infine la carbonara, così conosciuta anche all'estero che l'International Pasta Organization ha ideato il *Carbonara Day* (6 aprile). La sua storia è molto dibattuta ma una cosa è certa: secondo la tradizione, ci vuole il guanciale, non la pancetta. Nel territorio di Amatrice non mancano poi altri piatti preparati con il guanciale, come dice Chiara Castelli: dal più semplice, la cosiddetta panonta, pane unto nell'olio del guanciale fritto in padella, ai tagliolini allo strillo, con il salume croccante tagliato molto sottile, pane raffermo e una grattugiata di pecorino; dagli gnocchi ricci (una specialità della zona a base di farina, acqua e uova, trascinati con le dita per dare il caratteristico riccio), un tempo conditi con sugo di castrato e oggi proposti alla gricia e all'amatriciana, alla minestra di cicerchie, con biette e cipolla. Una curiosità: ad Amatrice l'uovo al bacon all'inglese viene reinterpretato con il guanciale scottato sulla piastra e il pomodoro.





ricotta

nel dessert

DI CAPRA O VACCINA, CON LE SUE
NOTE DOLCI E UN PO' ACIDULE,
REGALA UNA MORBIDEZZA
STRAORDINARIA AGLI IMPASTI
E UN TOCCO VELLUTATO A GOLOSE
FARCITURE DI TORTE E CROSTATE

a cura di Silvia Tatozzi, ricette di Claudia Compagni,
foto di Michele Tabozzi, styling di Stefania Aledi

PALLINE CON CREMA
ALLA VANIGLIA

pag. 98

Sfondo, piastrella
in gres Grey della
collezione Urban di
Porcelaingres, vassoio
azzurro delle ricotte
MVH, piattino rosa Jars
Cermistes, tovagliolo
Once Milano. Indirizzi
a pagina 114





TORTA CON MOUSSE AL LIMONCELLO E LIMONI CANDITI

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 35 MINUTI
COTTURA 50 MINUTI
760 CAL/PORZIONE

230 g di farina 00 – 380 g di ricotta di capra – 150 g di burro – 120 g di zucchero – 6 uova – 1 grosso limone non trattato – 10 g di lievito per dolci – 50 ml di latte
per la mousse 500 di ricotta romana – 150 g marmellata di limoni – 200 ml di panna – 20 g di limoncello
per il decoro 6 limoni snack – 200 g di zucchero

1 Montate il burro molto morbido con lo zucchero fino a ottenere un composto spumoso; unite le uova sgusciate, uno alla volta, alternandole con la farina setacciata con il lievito e amalgamate.

2 Frullate la ricotta di capra con il latte fino a ottenere un composto omogeneo. Amalgamatelo all'impasto con la scorza grattugiata del limone e 50 ml di succo.

3 Versate l'impasto in uno stampo rotondo da 20 cm di diametro rivestito con un foglio di carta da forno e cuocete la torta in forno a 180° per circa 40 minuti.

4 Sfornate, lasciate riposare la torta 10 minuti, poi staccate la carta da forno dal bordo e trasferitela su una gratella a raffreddare.

5 Lavate intanto i limoni per il decoro, asciugateli e tagliateli a fettine da 2 mm di spessore; scaldare lo zucchero in una casseruola con 200 ml di acqua, portate a ebollizione, unite le fette di limone e cuocetele su fiamma dolce fino a quando diventano trasparenti. Lasciatele raffreddare nel loro sciroppo; poi scolatele aiutandovi con una pinza e trasferitele su un foglio di carta da forno.

6 Per la mousse, montate con le fruste elettriche la ricotta romana con la marmellata di limoni, aggiungete il limoncello, mescolate per amalgamare e infine incorporate la panna, montata a parte, mescolando con una spatola dal basso verso l'alto. Ricoprite la superficie della torta con la mousse preparata e decorate a piacere con i limoni canditi.



CROSTATA AL CIOCCOLATO

pag. 98



BUDINI CAMELLATI

pag. 98

ITINERARI *Gourmet*

Sapori, profumi e aromi da una terra di grande cultura enogastronomica... Dai salumi e insaccati di alta qualità ai formaggi che sanno di erbe e fiori, dalle cucine d'autore ai deliziosi succhi di mela...

Macelleria da Davide & Cristian



Punto di riferimento per gli amanti della buona carne, propone le migliori scelte italiane, dalla chianina alla fassona, ed estere, dalla wagyu giapponese alla rubia gallega e dalla sashi finlandese sino alla swami danese e alla bavarese igp. Specializzata in costate e fiorentine frollate a secco nei suoi stagionatori, offre anche ottimi tagli per barbecue, carni di patanegra e, nel reparto pronto cuoci, un ampio assortimento di piatti semplici e rapidi da preparare per chi è sempre di corsa, ha poco tempo da stare sui fornelli e vuole gustare qualcosa di buono.

Trissino (VI)

Via Dante Alighieri, 13 - Tel. +39 0445 491722 - [f](#) [i](#)



Pepe Bianco

Novità in campo culinario, Pepe Bianco offre a chi pranza nel suo Bistrot la possibilità di scegliere o dal menu proposto dallo chef Simone oppure tra le tante delizie del banco gastronomia. Tutto è nel rispetto delle materie prime, dalla Paella alle verdure, dal pesce alla carne sino al Baccalà alla Vicentina. Servizio su misura per cene e ricorrenze.



Valdagno (VI)

Via G. Marzotto, 12 - Tel. +39 0445 1889018

www.gastronomiapepebianco.it - [f](#)

Azienda Agricola Grattanuvole



L'azienda alleva ai piedi del Pasubio le Camosciate delle Alpi, capre da latte per la produzione di vari formaggi, quasi tutti con latte crudo appena munto, affinati con foglie, fiori o frutti essiccati. Qui, a 600 m. di quota tra prati ricchi di essenze e fiori, le capre si nutrono al pascolo e i capretti stanno con le mamme sino allo svezzamento.

Valli del Pasubio (VI)

Via Pra, 35 - Tel. +39 349 1430091 - www.grattanuvole.com

Madlèn Restaurant & Club



Qui la ricerca del gusto e della tendenza vi darà nuove sensazioni. Dettagli d'autore, materie prime di alta qualità, curatissimi impiattamenti e una meravigliosa cucina a vista dalla quale escono piatti della tradizione rivisitati dagli chef con ricercati ingredienti. La musica in sottofondo invita a trasformare i dopocena in indimenticabili serate.

Trissino (VI) - Viale dell'Industria, 93 - Tel. +39 0445 1600110

www.madlenclub.com - [f](#) [i](#)

Orti di Sant'Angelo



Azienda agricola familiare certificata biologica, coltiva oltre quindici varietà di mele nelle campagne dell'Alto Vicentino. Dopo averle controllate una ad una, le trasforma in un succo davvero unico, in perfetto equilibrio fra dolcezza, profumo e acidità. Sano, gustoso, profumato, ricco di vitamine e sali minerali, è privo di zuccheri e conservanti.



Marano Vicentino (VI)

Via Giovanni Pascoli - Tel. +39 340 1431868 - [f](#)

TORTA SBRICCIOLATA AI PISTACCHI E LAMPONI

pag. 98



PALLINE CON CREMA ALLA VANIGLIA

FACILE
PER CIRCA 10 PALLINE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
COTTURA 10 MINUTI
365 CAL/PORZIONE

500 g di ricotta di pecora (o di capra) – 3 uova – 400 ml di latte – 1 baccello di vaniglia – 80 g di burro – 180 g di zucchero – 1 limone non trattato – 150 g di pangrattato – 1 cucchiaino di cannella in polvere – un pizzico di noce moscata grattugiata – olio di semi di arachide per friggere

1 Sgusciate le uova, tenete da parte gli albumi e montate i tuorli con 80 g di zucchero fino a ottenere un composto spumoso; versate il latte scaldato con il baccello di vaniglia, inciso nel senso della lunghezza, mescolate e cuocete la crema a bagnomaria. Lasciatela raffreddare, eliminate il baccello di vaniglia e trasferitela in frigorifero.

2 Setacciate la ricotta, mescolatela con 50 g pangrattato, lo zucchero rimasto, la scorza del limone grattugiata, le spezie e il burro, sciolto a bagnomaria e intiepidito.

3 Con l'impasto formate delle palline della grandezza di un'albicocca. Passatele prima negli albumi tenuti da parte, leggermente sbattuti, e poi nel pangrattato avanzato e friggetele nell'olio ben caldo. Scolatele su carta per fritti e servitele con la crema alla vaniglia fredda.

CROSTATA AL CIOCCOLATO

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 1 ORA
760 CAL/PORZIONE

per la base 400 g di farina 00 – 2 uova – 180 g di burro – 50 g di zucchero a velo – 6 g di lievito per dolci – sale
per il ripieno 300 g di cioccolato fondente – 400 g di ricotta piemontese – 80 g di burro – 40 g di amido di mais – 80 g di zucchero a velo – 4 uova – 1 baccello di vaniglia

1 Per la base, frullate nel mixer la farina con il lievito setacciato, lo zucchero a velo, il burro freddo a dadini e un pizzico di sale e frullate fino a ottenere un composto a briciole. Unite le uova sgusciate e frullate fino a quando la pasta rimane attaccata alle lame; formate un panetto, avvolgetelo nella pellicola e fatelo riposare 30 minuti.

2 Preparate intanto il ripieno. Tritate finemente il cioccolato, scioglietelo a bagnomaria insieme al burro a dadini e lasciatelo intiepidire. Unite le uova, sgusciate e sbattute a parte, i semini prelevati dal baccello di vaniglia, lo zucchero a velo, l'amido di mais e la ricotta e mescolate.

3 Stendete i 2/3 della pasta frolla in uno spessore di 3 mm, trasferitela in uno stampo rettangolare da 20x24 cm, fatela aderire al fondo e alle pareti, bucherellate il fondo, versatevi il composto di ricotta e cioccolato e livellate la superficie.

4 Stendete la frolla rimasta sempre a uno spessore di 3 mm e ricavate 5 strisce da 2 cm e altre 5 da 0,5 cm di larghezza e disponetele sul ripieno, alternandole in senso verticale. Cuocete la torta nella parte bassa del forno a 160° per 1 ora e servitela fredda.

BUDINI CARAMELLATI

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 40 MINUTI
300 CAL/PORZIONE

500 g di ricotta di pecora – 5 uova – 250 g di zucchero – 1 limone non trattato – sale

1 Versate 200 g di zucchero in una casseruola, aggiungete un cucchiaino di acqua e cuocetelo senza mescolare fino alla formazione di un caramello ambrato. Unite 100 ml di acqua in ebollizione e mescolate. Versate il caramello in 8 stampi da budino da 150 ml di capacità e inclinateli in modo da distribuire il caramello su fondo e pareti.

2 Frullate la ricotta con lo zucchero rimasto fino a ottenere un composto liscio e vellutato. Incorporate poi la scorza del

limone grattugiata finemente, un pizzico di sale e le uova, sgusciate e sbattute a parte.

3 Versate il composto negli stampi, trasferiteli in una teglia dai bordi alti, versatevi intorno acqua bollente e cuocete in forno a 160° per 40 minuti. Toglieteli dal bagnomaria e lasciateli raffreddare; poi trasferiteli in frigo per 6 ore e serviteli dopo averli rovesciati sui piatti da portata.

TORTA SBRICIOLATA AI PISTACCHI E LAMPONI

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI
COTTURA 50 MINUTI
490 CAL/PORZIONE

250 g di farina 00 – 50 g di zucchero – 100 g di granella di pistacchi – 100 g di burro – 15 g di lievito per dolci – 1 uovo – 1 tuorlo – sale
per il ripieno 500 g di ricotta romana – 80 g di zucchero – 1 uovo – 1 baccello di vaniglia – 200 g di lamponi – 50 g di amido di mais

1 Per la base, tritate finemente nel mixer la granella di pistacchi con lo zucchero; unite la farina setacciata con il lievito, il burro a fiocchetti e un pizzico di sale e frullate fino a ottenere un composto a briciole. Aggiungete l'uovo sgusciato e il tuorlo, e frullate fino alla formazione di grosse briciole. Trasferitele in una ciotola e copritele con pellicola.

2 Per il ripieno, mescolate con una frusta la ricotta in una ciotola; unite lo zucchero, 20 g di amido di mais, i semini prelevati dal baccello di vaniglia e l'uovo sgusciato e mescolate fino a ottenere una crema omogenea.

3 Rivestite con carta da forno uno stampo rotondo da 20 cm, versatevi metà dell'impasto a briciole e compattatelo sul fondo e sul bordo. Versate la crema di ricotta, livellatela, cospargetela con i lamponi passati nell'amido di mais rimasto e coprite con il composto a briciole avanzato. Cuocete in forno a 180° per 40 minuti e lasciate raffreddare prima di servire.

Pagina 92:
piastrella in gres
Porcelaingres,
piatto Jars
ceramistes, paletta
torta Bitossi Home,
bicchiere Zafferano
Italia, tovaglioli
Once Milano.

Pagina 94:
piastrella in gres
Porcelaingres,
piastrella lilla
Domenico Mori,
ciotolina Mancuso
Design Lab,
tovagliolo Once
Milano.

Pagina 95:
piastrella in gres
Porcelaingres,
piattini (quello
variegato azzurro
e quello a destra)
e ciotolina Mancuso
Design Lab, piattino
in alto a sinistra Jars
Ceramistes,
piastrella rosa
Domenico Mori,
tovagliolo Once
Milano. Indirizzi
a pagina 114

ITINERARI

Gourmet

Nell'alto Vicentino, dove la montagna della Grande Guerra è oggi meta turistica di grande interesse, alcuni indirizzi scelti per mangiare e alloggiare bene a un passo dalle famose 22 gallerie del Pasubio.

Enoteca Munari Wine & More



La vera anima di Munari Wine & More è Sara che, con passione, si dedica alla continua ricerca dei prodotti d'alta qualità e di nicchia, dalla selezione dei distillati ai vini provenienti dalle cantine più prestigiose al mondo sino alle specialità alimentari più ricercate. Il tutto per offrire ai clienti inedite e intense emozioni. Ogni prodotto è una storia capace di trasformare la cena in un'esperienza a tutto tondo, un racconto in grado di stupire e sorprendere... Eccellenze enogastronomiche per diffondere la cultura più autentica del buon bere e del buon mangiare.



Marano Vicentino (VI)

Viale Europa, 19

Tel. +39 0445 621239

www.enotecamunari.it -  

Ongaresca Vini

Passione, tradizione e innovazione: sono i tratti distintivi dei vini Ongaresca, frutto dell'idea che il "buon vino" nasce dalla rinuncia a produzioni abbondanti per privilegiare qualità e personalità. Punto di riferimento per chi ama il vino e le degustazioni capaci di sorprendere, la gamma comprende 3 vini rossi, 3 vini bianchi fermi e 3 vini spumanti.



Costabissara (VI)

Via Monte Cimone, 10

Tel. +39 366 2837155 - www.cantinaongaresca.it -  

Bar Ristorante Pizzeria Villa Pasubio

Nel verde, alle pendici del monte Pasubio, è una piacevole sorpresa fatta di cortesia, gusto e genuinità. Oltre alle super pizze a lunga lievitazione il menu propone piatti tipici con in primo piano la pasta fatta in casa, gli gnocchi di fioretta, gli arrosti, la selvaggina, i funghi e, regina, la sopressa. Da non perdere infine i dolci e le grappe.

Valli del Pasubio (VI)

Via Dolomiti, 1 - Tel. +39 0445 1716718 - 



Hotel Ristorante Vecia Osteria dal Menga



In uno storico edificio del 1899, offre tra piacevoli atmosfere una cucina di grande ricercatezza da sposare a ottimi vini e champagne. Con accoglienti camere ispirate al passato ma dotate di moderni comfort, è a pochi minuti dal Pasubio, montagna sacra all'Italia famosa per le 52 gallerie scavate durante la Grande Guerra, visitatissime in estate.

Torrebelvicino (VI)

Via A. Rossi, 10 - Tel. +39 0445 661953 - www.hoteldalmenga.it - 

Ristorante Albergo Al Garibaldino



In una valle rinomata per le acque pescose e l'aria pulita, il Garibaldino è una realtà a gestione familiare che in cucina utilizza eccellenze del territorio come le patate, i fagioli e i formaggi. Tra le specialità gli gnocchi, la selvaggina, il baccalà e la Tosella. Con comode stanze, è l'hotel più vicino all'entrata delle 52 gallerie del Pasubio.

Posina (VI)

Via Sareo, 5 - Tel. +39 0445 748023 - www.garibaldino.com - 

Trebbiano Spoletino

INTERPRETATO NELLE PIÙ SVARIATE TECNICHE DI VINIFICAZIONE (IN BIANCO, SPUMANTE, PASSITO, CON MACERAZIONE) QUESTO BIANCO DAL CARATTERE SOLIDO È IDEALE PER LA VIVACE E ROBUSTA CUCINA UMBRA

a cura di Monica Pilotto, testo di Sandro Sangiorgi, ricette di Claudia Compagni, foto di Felice Scoccimarro, styling di Alkèmia



FRITTATA CON VERDURE
E PROSCIUTTO

pag. 106

l'abbinamento

LA CHIARA MA NON DIMESSA SOFFICITÀ DELLA FRITTATA DOSA L'ENERGIA DEL VINO. LA TRAMA SEMPRE TESA E SANGUIGNA DEL PROSCIUTTO CRUDO È L'IMPALCATURA SALINA DEL PIATTO, LA FIBRA CROCCANTE DEI VEGETALI CREA UN QUADRO COLMO DI ELEMENTI TUTTI PARTECIPANTI. LA VARIETÀ DI INGREDIENTI CONSENTE A OGNUNO DEI VINI SELEZIONATI DI LEGARSI IN MODO SPECIFICO ALLE DIVERSE MODALITÀ ESPRESSIVE DEL PIATTO. IL **POGGIO DEL VESCOVO** DI CANTINA NINNI RIESCE A COGLIERE I DETTAGLI PIÙ SAPORITI, LI AVVOLGE CON LA ROTONDITÀ DEL CORPO E LA REGOLARITÀ DEI PROFUMI. LO **SPOLETINO** DI ANTONELLI È REATTIVO, LA SUA PROGRESSIVA RUSTICITÀ CONTRASTA LA PIENEZZA DELLE UOVA SBATTUTE. IL **FARANDOLA** SI ESPONE CON PROFUMI PIÙ SPICCATI E UN CORPO AMPIO, ASPETTI IDEALI PER ACCOGLIERE CON SICUREZZA SPINACINI E CARCIOFI, SENZA ESPORRE IL NOSTRO PALATO A SGRADITE SENSAZIONI METALLICHE.

Il Trebbiano Spoletino ha origini incerte. Documenti risalenti al II secolo d.C. riportano la presenza del vitigno nel territorio compreso tra Spoleto e Montefalco, in provincia di Perugia. È probabile che non sia “nato” qui, tuttavia ha caratterizzato per lungo tempo il paesaggio agricolo di questi luoghi: era infatti consuetudine maritarlo a tutori quali olmi, pioppi, frassini e aceri. Questo antico metodo di coltivazione della vite aveva una molteplice utilità dal momento che, oltre a tenere l'uva a riparo dalle nebbie, dalle gelate e dagli animali, permetteva un'agricoltura di tipo promiscuo nel quale più varietà orticole sfruttavano il terreno sottostante. Oggi è possibile osservare ancora piccoli scorci di questo paesaggio nella piana tra Spoleto, Montefalco e Trevi, dove alcuni dei ceppi maritati risalgono a prima dell'av-

vento della fillossera. È proprio la sua azione devastante che costringe a una ricostruzione degli impianti, condizionati in seguito alla progressiva meccanizzazione. Spalliere, filari stretti e in generale le coltivazioni estensive e specializzate hanno pian piano sostituito le alberate.

La diminuzione degli ettari vitati a Trebbiano Spoletino è legata anche alla scelta di piantare varietà più produttive e alla moda nei vent'anni tra la fine del vecchio secolo e l'inizio del nuovo. Contadini legati al vitigno, in sintonia con la Cantina Sociale di Spoleto, hanno per fortuna arginato l'abbandono di questo vitigno. Da circa tre lustri lo Spoletino ha iniziato a essere rivalutato da un numero crescente di cantine e non sono mancati gli studi da parte dell'Università di Perugia.

segue >

Hummus di Lupini

Gustoso, facile
da applicare e sfizioso.



È ideale per la preparazione veloce di crostini e tartine, ottimo come salsa per ortaggi crudi, sfizioso per dare maggior sapore e creatività ai finger food. Il gusto è unico ed inconfondibile, come se fosse preparato in casa in modo sano e genuino, la consistenza cremosa e profumata conferisce una piacevole sensazione al palato.

La nostra linea Paté-Hummus offre 4 ricette pronte da gustare in una confezione pratica e dotata di apertura facilitata, con tappo salvafreschezza.

Voglia creativa, scegli Madama Oliva !

Crocchette di patate
con Hummus di Lupini

INGREDIENTI per 4 Persone: 500 g di patate;
110 g hummus di lupini ; 50 g formaggio grana; 1 uovo;
1 tuorlo; noce moscata (facoltativa); farina q.b.;
pangrattato q.b.; olio di semi di arachidi; sale q.b.; pepe q.b.



Procedimento

Lessare le patate e schiacciarle con l'aiuto di uno schiacciapatate. Aggiungere l'hummus, il grana, le uova, il sale, il pepe e la noce moscata. Impastate e formate delle polpette delle dimensioni che preferite, passatele prima nella farina poi nell'uovo ed infine nel pangrattato. Friggere in olio di semi a 170°.

Seguici sul nostro sito e sui social per rimanere informato sulle novità o per consultare le ricette.
www.madamaoliva.it



Madama Oliva

GNOCCHI CON CALAMARI IN BIANCO

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 40 MINUTI
520 CAL/PORZIONE

1 kg di patate a pasta bianca – 500 g di calamari già puliti – 200 g di farina 00 + quella per la spianatoia – 1 mazzetto di basilico – 1 spicchio d'aglio – 1 dl di vino bianco Spoletino – peperoncino – olio extravergine d'oliva – sale

1 Lavate le patate e cuocetele con la buccia in acqua in ebollizione per 30 minuti, o fino a quando sono morbide. Scolatele, sbucciatele ancora calde, passatele attraverso uno schiacciapatate e fatele cadere direttamente sulla spianatoia. Unite la farina e impastate rapidamente. Formate dei cordoncini di circa 1,5 cm di diametro e tagliate gli gnocchi. Cospargeteli con poca farina e stendeteli sulla spianatoia.

2 Sciacquate le sacche dei calamari, apritele e riducetele a striscioline sottili, tagliate i ciuffi a tocchetti. Sbucciate e schiacciate lo spicchio d'aglio, lasciatelo dorare in padella con 4 cucchiaini di olio, eliminatelo, unite i calamari, salate e cuoceteli su fiamma vivace per un minuto. Bagnateli con il vino bianco, proseguite la cottura per 5 minuti, unite una decina di foglie di basilico tritate finemente e spegnete.

3 Cuocete gli gnocchi in acqua salata in ebollizione fino a quando vengono a galla, scolateli con una schiumarola e trasferiteli nella padella con i calamari. Fateli insaporire su fiamma media e unite un pizzico di peperoncino.



l'abbinamento

GLI GNOCCHI DI PATATE RICHIEDONO AL VINO UN PECULIARE EQUILIBRIO TRA MORBIDEZZA E FISCITÀ, TRA DENSITÀ E CEDEVOLZZA. ALLA TIPOLOGIA CHE LI ACCOMPAGNA È RICHIESTA DUTTILITÀ E RISPETTO DELLA CONSISTENZA, ANCOR PRIMA DI AFFRONTARE IL CONDIMENTO, LA CUI CONCENTRAZIONE DI SOSTANZA E SAPORE È INEVITABILMENTE ATTENUATA. I NOSTRI TRE SPOLETINI SI AFFERMANO SENZA INCERTEZZE, PUR CON

DIFFERENTI PERSONALITÀ. L'AGILITÀ DEL VINO DI **ANNESANTI** S'INSINUA TRA LE PIEGHE DEGLI GNOCCHI E RINSALDA CON MINUZIA IL RAPPORTO TRA MARE E TERRA DEL SUGHETTO. IL **MACERATUM** È IL PIÙ CONCRETO: AFFRONTA SIA LA MATERIALITÀ DELLA PASTA SIA LA TENACIA SAPORITA DEI CALAMARI. L'**ARNETO** ASPETTA LA FUSIONE DEGLI ELEMENTI E, GRAZIE ALLA STRUTTURA ROBUSTA E CORDIALE, RACCOGLIE L'ECO DEI DIFFERENTI SAPORI.

Nelle diverse zone italiane i vitigni chiamati con il nome “trebbiano” sono spesso accompagnati da aggettivi che richiamano il luogo di origine o coltivazione (Trebbiano d'Abruzzo, Toscano, Romagnolo, di Soave). Di recente “trebbiano” accostato a “spoletino” è stato reputato fuorviante. Il Consorzio di tutela dei vini di Montefalco, all'interno del quale si trova anche la Doc Spoleto (istituita nel 2011), ha valutato la possibilità di utilizzare solamente la parola “Spoletino” per indicare il vitigno. Ad avvalorare la proposta ci sono studi ampelografici che hanno evidenziato caratteristiche molto diverse dello Spoletino rispetto al Trebbiano Toscano o al Trebbiano abruzzese.

Il nostro è un vitigno tardivo, la vendemmia non avviene prima del mese di ottobre. L'acino è ricco, corposo, dalla buccia consistente e dalla polpa zuccherina, anche a piena maturità fenolica, conserva una spigliata acidità. Inoltre è dotato di un buon corredo aromatico. Queste peculiarità lo rendono duttile tanto che, negli ultimi dieci anni, i produttori lo hanno interpretato in diverse pratiche di vinificazione, facendolo spumante, passito, in bianco, con macerazione sulle bucce, maturazione in acciaio, in legno o in terracotta. Va da sé che nella regione sia aumentato il numero delle etichette. Un bianco solido come il Trebbiano Spoletino ha bisogno della robusta cucina umbra. *segue >*

Trio Carbone Pancia Piatta

Combatte il
GONFIORE

Anice Verde - Melissa - Finocchio

Favorisce la
DIGESTIONE

Finocchio - Melissa - Anice Verde

Riequilibra la
FLORA INTESTINALE

Bifidobacterium Breve - Lactobacillus Plantarum

Triocarbonte Pancia Piatta è il nuovo integratore alimentare a base di **enzimi, carbone ed estratti vegetali**, con **fermenti lattici e vitamine del gruppo B**. La particolare associazione di **enzimi** aiuta a favorire i processi digestivi e l'assorbimento dei nutrienti. Gli estratti vegetali di **anice verde, melissa e finocchio** favoriscono la funzione digestiva e una regolare motilità intestinale, con eliminazione dei gas responsabili del gonfiore addominale. I **fermenti lattici vivi** ad azione probiotica favoriscono l'equilibrio della flora batterica intestinale.



Triocarbonte Pancia Piatta. Sgonfia pancia.

Il prodotto non sostituisce una dieta variata ed equilibrata e uno stile di vita sano. Leggere le avvertenze sulla confezione.

POOL PHARMA

Essere il tuo benessere.

#CUOREITALIANO

IN FARMACIA

www.poolpharma.it

**NUOVO
DALLA RICERCA
"L'OROLOGIO
DELLA NOTTE"**

MELATONINA

*L'ormone naturale
che promuove il sonno
favorendo
un riposo di qualità.*

Se avete difficoltà a prendere sonno e il riposo notturno fa a "pugni" con il vostro cuscino non preoccupatevi.

La ricerca scientifica ha individuato nella carenza di Melatonina, sostanza ormonale prodotta di notte da una ghiandola del cervello, una delle cause alla base di questo problema di cui soffre circa un terzo della popolazione italiana.

La vita stressante e le preoccupazioni di tutti i giorni, l'abuso di farmaci, la menopausa e per chi viaggia i continui cambi di fuso orario, sono alcune delle ragioni o stili di vita che sempre più frequentemente causano disordini nel ritmo sonno/veglia.

L'assunzione di 1 mg di Melatonina, meglio ancora se potenziata con estratti vegetali specifici, contribuisce alla riduzione del tempo richiesto per prendere sonno e, quando serve, ad alleviare gli effetti del jet-lag: non a caso è stato coniato un detto, *"una bella dormita e sorridi alla vita"*.



Oggi in Farmacia c'è **Gold Melatonina**, Melatonina 1 mg in compresse a due strati effetto fast e slow release "rapido e lento rilascio".

L'originale formulazione è arricchita con estratti secchi di **Griffonia, Melissa e Avena**, utili per favorire il rilassamento, il benessere mentale e il normale tono dell'umore.

**Gold Melatonina
Affronta la vita
con serenità.**

Chiedi l'originale al Farmacista.
Notte dopo notte, **Gold Melatonina** ti aiuterà a riposare bene e a lasciarti alle spalle la sensazione di tensione dovuta alla stanchezza.

POLLO IN AGRODOLCE CON ANANAS

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
COTTURA 45 MINUTI
420 CAL/PORZIONE

6 sovracosce di pollo – 400 g di ananas
– **300 g di passata di pomodoro** –
3 cipollotti – 40 g di amido di mais
– **3 cucchiaini di salsa di soia – 1 cucchiaino**
di aceto di mele – 1 peperone verde
– **1 cucchiaino raso di zucchero di canna**
– **qualche rametto di coriandolo fresco**
– **olio di arachide – sale**

1 Eliminate la pelle e le ossa dalle sovracosce di pollo e tagliate la carne a pezzetti. Mondate e tagliate a cubetti anche l'ananas. Passate i pezzi di pollo in 30 g di amido di mais, poi fateli rosolare per 5 minuti in una grossa padella con 5 cucchiaini di olio ben caldo. Levate il pollo dal fondo di cottura e unite la dadolata di ananas.

2 Cuoceteli per 3-4 minuti su fiamma vivace, aggiungete i cipollotti mondati e tagliati a fettine e il peperone mondato e tagliato a tocchetti; unite nuovamente il pollo, regolate di sale e cuocete per 15 minuti.

3 Fate bollire la passata di pomodoro con la salsa di soia, lo zucchero, l'aceto di mele e 2 cucchiaini di olio, unite l'amido di mais rimasto diluito con 2 dl di acqua fredda e cuocete la salsa su fiamma alta per 5-6 minuti. Versatela sul pollo, proseguite la cottura per altri 10 minuti e servite con le foglioline di coriandolo spezzettate.



l'abbinamento

LE CARNI BIANCHE IN AGRODOLCE RICHIEDONO VINI DI STRAORDINARIA FLESSIBILITÀ. LE SENSAZIONI DEL PIATTO SONO GIÀ RICCHE E CONTRASTANTI, IN VIRTÙ DELLA PRESENZA DELL'ANANAS, SOAVE E ACIDULO E DEL PEPERONE VERDE, CARNOSO E LINFATICO. IL VINO DI **RAÏNA** ACCOGLIE IL PIATTO PRENDENDO

DAL BASSO LE SENSAZIONI ESOTICHE, AFFRONTA GLI ASPETTI PIÙ AGRI E SAPORITI E LASCIA SPAZIO AI RITORNI AROMATICI DELLA SALSA. IL **VIGNA VECCHIA** CERCA UN PUNTO DI CONTRASTO, SI DEDICA ALLA FIBRA DEL POLLO, CON RUSTICITÀ E RICERCATEZZA; GRAZIE AL SUO CALORE E ALLA SUA ESSENZIALITÀ AFFRONTA GLI

AROMI E LI RIPORTA SULLA TERRA, EVOCAZIONE DI UN BAGLIORE CAMPESTRE. L'**ARBOREUS** SEGUE LA STESSA TRACCIATA MA LA SUA STRUTTURA È STRARIPANTE, LA PORTATA ODOROSA È BEN PIÙ MARCATATA E VICINA AL PIATTO: SI CREA COSÌ UN AVVOLGENTE MOVIMENTO GUSTO-OLFATTIVO CHE È UNA SINTESI TRA ASSONANZE ED EQUILIBRI.

Il corpo e l'alcolicità sono caratteristiche sempre presenti e, anche nelle annate più fresche e per i vini più diretti, permettono di affrontare sformati di verdure, frittate arricchite con funghi o formaggi freschi; primi piatti con sughi semplici e saporiti con guanciale, in stagione anche tartufo. Pesci d'acqua dolce quali tinca e trota, con preparazioni in umido oppure alla brace. Bene anche su abbinamenti insidiosi con pancetta e capocollo e con i crostini insaporiti con salse e paté.

I vini concreti e ampi richiedono preparazione più complesse: zuppe di farro e fagioli con maiale, minestre di fave anche con le cotiche, paste (i tipici strangozzi) con

ragù bianco di cortile, con funghi o con asparagi selvatici e pecorino. Risotti con prodotti dell'orto e insaccati, parmigiana di gobbi. Il vigore tiene testa ai pesci dalla fibra più complessa come il luccio e l'anguilla conditi riccamente.

Gli esemplari profondi, nei quali l'apporto delle bucce conferisce consistenza e spessore, vogliono sapori intensi come il baccalà cucinato alla spoletina, con frutta secca e poco pomodoro. Funzionano egregiamente anche con le carni bianche cucinate con le più svariate ricette, dall'umido all'arrosto. Questo Spoletino di alto profilo si misura sul maiale, magari tagli più gentili come l'arista cotta al forno, e sull'agnello, anche in fricassea con uova e limone.

le nostre scelte

9 bottiglie selezionate privilegiando varietà del territorio e approccio naturale nei criteri di produzione



Poggio del Vescovo Cantina Ninni,
335 5450523, € 21
Graduale nei profumi, corpulento nell'impatto, lo sviluppo è in equilibrio tra la morbidezza e la salina freschezza; da abbinare a uova strapazzate con tartufo nero.



Anteprima Tonda Cantina Antonelli San Marco,
0742 379158, € 19
La macerazione sulle bucce gli conferisce profumi e una composta rusticità; è adatto a un filetto di trota con cipolla, alloro e un bicchiere dello stesso vino.



Farandola Di Filippo,
0742 731242, € 15
Si contraddistingue per le spiccate note di agrumi, il sorso è pieno, vivo e diffuso, ideale per gli umbricelli col rancetto, una pasta condita con pomodoro e guanciale.



Colle Fregiara Annesanti,
347 3151926, € 23
Matura in anfore di terracotta ed è l'unico vino originato fuori dalla zona "storica"; agile, sapido, il suo allungo è ottimo su una minestra con legumi freschi e briciole di salsiccia.



Maceratum Cantina Fongoli,
0742 378930, € 21
Il nome dichiara il tipo di vinificazione, emergono note di miele ed erbe mediterranee; deciso, appena rustico, il tannino si dirige spedito sul ragù di cortile degli strangozzi.



Arneto Tenuta Bellafonte,
0742 710019, € 20
Fermenta in botti di rovere, ha una portata ampia, intensa, il calore è bilanciato da una sapidità fluviale, il corpo solido gli permette di unirsi alla fibra di un luccio al forno.



Trebbiano Spoletino Raina di Francesco Mariani,
347 6014856, € 14
Sfaccettato e ampio, ha una soave vitalità gustativa e arriva fino in fondo grazie alla persistenza e al tannino spigliato, ideale per il baccalà con pinoli e uvetta.



Vigna Vecchia Collecapretta,
0743 268529, € 24
La lentezza odorosa ne fa intuire il carattere verace; in bocca cede il passo a note di calore e a una struttura fine, complessa, adatta a un coniglio con olive, acciughe e rosmarino.



Arboreus Paolo Bea,
0742 378128, € 49
Le uve provengono anche da vecchie viti maritate; il vino è ricco e stratificato al naso, ha tensione e volume sulla lingua tali da potersi unire all'agnello in fricassea.

Prezzi forniti dalle aziende: possono subire variazioni a seconda del rivenditore

si serve così

IL TREBBIANO SPOLETINO DELLE VERSIONI SEMPLICI È UN VINO REALIZZATO CON UNA VINIFICAZIONE IN BIANCO, O AL MASSIMO ATTRAVERSO UNA MACERAZIONE CONTENUTA, PUÒ ESSERE SERVITO A 10-12°.

QUANDO È INTERPRETATO COME UN BIANCO AMBIZIOSO, MAGARI CON UN CONTATTO PROLUNGATO TRA BUCCIA E LIQUIDO, POSSIAMO PORTARLO A TAVOLA A 14° E PERMETTERCI DI AFFINARLO IN BOTTIGLIA

ANCHE PER 5-7 ANNI. NEL PRIMO CASO USIAMO UN CALICE APPENA PIÙ PICCOLO; SE LO SPOLETINO È IMPORTANTE MERITA DI AVERE SPAZIO PER RINASCERE A CONTATTO CON L'ARIA.



FRITTATA CON VERDURE E PROSCIUTTO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 35 MINUTI
320 CAL/PORZIONE

4 carciofi – 6 uova – 80 g di prosciutto crudo – 150 g di spinacini – 1 limone – 1 cipolla bionda – 2 rametti di maggiorana – 2 rametti di timo – qualche rametto di prezzemolo – olio extravergine d'oliva – sale – pepe nero

1 Mondate i carciofi, tagliateli in 8 spicchi e man mano che sono pronti metteteli a mollo in acqua acidulata con il succo di limone. Sbucciate e tritate finemente la cipolla, lasciatela stufare dolcemente in una padella con 4 cucchiaini di olio, unite i carciofi scolati, il sale e 1,5 dl di acqua, quindi cuoceteli su fiamma bassa finché saranno morbidi. Scolateli dal fondo di cottura e teneteli da parte.

2 Tritate finemente il prosciutto, cuocetelo per 2 minuti nella stessa padella dei carciofi, aggiungete gli spinacini, salate e cuoceteli su fiamma vivace finché saranno appassiti e la loro acqua di vegetazione evaporata.

3 Trasferite i carciofi e gli spinacini in uno stampo di 18 cm di diametro rivestito con carta da forno, unite le uova sbattute con una presa di sale, le foglioline di timo, maggiorana e prezzemolo tritate e una macinata di pepe. Trasferite lo stampo in forno già caldo e cuocete la frittata a 160° per circa 20 minuti.

Tagliere Cargo, padella in ghisa Le Creuset, americane Society Limonta, posate 100 Fa, ciotole Claylab di Luca Pedone e Broste Copenhagen. Indirizzi a pagina 114

SPECIALE
STIPSI?Sveglia
l'intestino
combatti
la stitichezza

Oggi in farmacia c'è
Dimalosio Complex
il regolatore
dell'intestino.

Quando l'intestino si "addormenta" e perde la sua regolare puntualità è possibile andare incontro ad episodi di stitichezza che possono causare cattiva digestione, senso di gonfiore con tensione addominale e alitosi.

Secondo le recenti linee guida il problema può essere affrontato con una dieta ricca di fibre indispensabili per ritrovare e mantenere la corretta motilità intestinale.



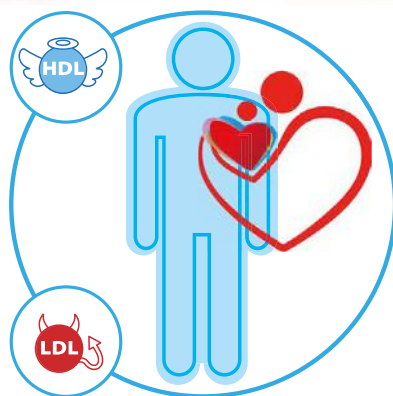
Seguendo queste direttive è stato formulato **Dimalosio Complex**, un preparato a base di Psillio e Glucomannano, fibre naturali, arricchito con Lattulosio ed estratti vegetali, componenti attivi che agiscono in sinergia per "risvegliare" la corretta motilità intestinale senza irritare.

Dimalosio Complex sveglia l'intestino pigro, usato con regolarità svolge un'azione come regolatore intestinale, favorisce la crescita della flora batterica ed aiuta a combattere quel fastidioso gonfiore addominale facilitando una normale evacuazione.

Dimalosio Complex lo trovate in Farmacia, disponibile in confezione da 20 bustine al gradevole gusto pesca.

Da **ALCKAMED**
In Farmacia

AMA
il tuo
CUORE



AMA
la tua
linea.



1 COMPRESSA
AL GIORNO



Kilocal Colesterolo apporta **Monacolina K** che aiuta a mantenere livelli normali di colesterolo nel sangue e **Coleus Forskolii** utile per l'equilibrio del peso corporeo. Il **Fieno Greco** favorisce il metabolismo dei trigliceridi, la **Berberis Aristata** la funzionalità dell'apparato cardiovascolare, il **Gelso Bianco** la regolarità della pressione arteriosa. L'**Olivo** contribuisce al metabolismo di carboidrati e lipidi, la **Lespedeza** al drenaggio dei liquidi e alla depurazione dell'organismo, il **Cromo** al mantenimento di livelli normali di glucosio nel sangue.

Kilocal COLESTEROLO. Più sani, più in forma.

Il prodotto non sostituisce una dieta variata ed equilibrata e uno stile di vita sano. Leggere le avvertenze sulla confezione.

www.poolpharma.it
www.kilocalprogram.it

POOL PHARMA
Essere il tuo benessere.

#GUOREITALIANO
IN FARMACIA

salse VERDI

CAMBIANO VOLTO SECONDO LA STAGIONE, ALLO SPUNTAR DI ERBE NUOVE. E NON SONO I CLASSICI INTINGOLI DA BOLLITO, MA LE VERSIONI PER CONDIRE I PIATTI DI PRIMAVERA: DALLE CARNI AI PESCI, FINO ALLE UOVA E ALLA PASTA

a cura di Cristiana Cassé, foto di Maurizio Lodi,
styling di Laura Cereda, in cucina Livia Sala





Mantovana

1 Pulite un peperone verde, lavatelo e tagliatelo a pezzetti. Metteteli nel mixer con 100 g di sottaceti misti, 2 filetti d'acciuga sotto sale ben dissalati sotto acqua corrente, 50 g di tonno sott'olio sgocciolato, 90 g di foglie di prezzemolo e 30 g di foglie di basilico.

2 Azionate l'apparecchio e unite 1,5 dl di olio extravergine d'oliva a filo, il succo di 1/2 limone e 1 cucchiaino di senape di Digione.

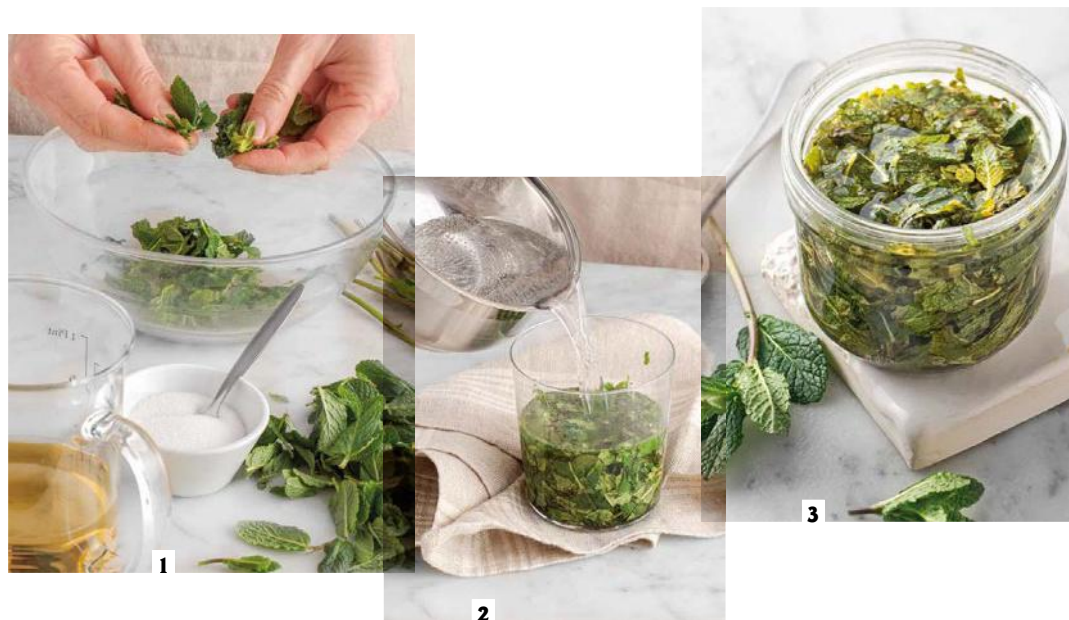
3 Fate riposare la salsa per qualche ora e servitela con pesci lessati o con carni bianche lessate o arrosto.

All'aceto balsamico

1 Lessate 1 patata (200 g) e pelatela. Frullatela con 120 g di prezzemolo, 3 filetti di acciuga sotto sale (privateli del sale raschiandoli delicatamente) e 1 manciata di capperi sotto sale ben dissalati sotto acqua corrente.

2 Trasferite il composto in una ciotola e unite 1 dl abbondante di olio a filo mescolando con un cucchiaino fino a ottenere una salsa morbida e spumosa. Infine incorporate 2 cucchiaini di aceto balsamico.

3 Servite la salsa con pesci o carni bianche bolliti, uova in camicia, ortaggi crudi o cotti.



Alla menta

1 Lavate un'abbondante manciata di foglie di menta (potete sostituirla con 1 cucchiaino colmo di quella secca), asciugatele tamponandole e spezzettatele con le mani. Quindi mescolatele con 1 dl di aceto bianco e 1 cucchiaino di zucchero.

2 Versate il composto in un bicchiere, coprite con acqua bollente e lasciate riposare fino a completo raffreddamento: le foglie dovranno risultare morbidissime.

3 Servite la salsa con agnello, capretto o coniglio al forno o alla griglia.

TECNICHE **SALSE VERDI**

Magatello in salsa mantovana

1 Pulite lavate e tritate 1 cipolla, 1 carota e 1 costa di sedano. Soffriggete il mix con 2 cucchiaini di olio in una casseruola che possa andare in forno. Quindi unite 800 g di magatello di vitello e fatelo dorare su tutti i lati.

2 Bagnate con 1 mestolo di brodo caldo, salate, pepate, coprite (va bene anche un foglio di alluminio) e infornate a 175° per 35-40 minuti: girate la carne di tanto in tanto e aggiungete poco brodo se il fondo si asciuga. Prelevate il magatello senza forarlo e avvolgetelo in foglio di alluminio e lasciatelo riposare circa mezz'ora. Tagliatelo a fette sottili e servitelo, tiepido o a temperatura ambiente, con la salsa verde mantovana.



Sfornato di pesce con salsa all'aceto balsamico

1 Portate a leggera ebollizione abbondante acqua poco salata e lessatevi 800 g di polpa di pesce (merluzzo, trota) privata di spine, lisce e pelle. Sgocciolatela, mettetela in un mixer e azionatelo a intermittenza in modo da tritare la polpa grossolanamente.

2 Sgocciolatela e mescolatela con 1 noce di burro e 4 cucchiaini di latte. Incorporate prima 4 tuorli, quindi, con movimenti delicati dal basso verso l'alto, 4 albumi montati a neve. Trasferite il composto in uno stampo da 1 litro imburattato, cospargete con pangrattato e infornate a 180° per 20 minuti o finché la superficie sarà dorata. Sfornate e servite con la salsa verde all'aceto balsamico.

Braciole d'agnello con salsa alla menta

1 Scaldate in padella 4 cucchiaini di olio a fuoco medio-basso e rosolatevi 8 braciole di agnello facendole dorare bene da entrambi i lati. Salate, pepate, alzate la fiamma e unite poco per volta 1 bicchiere di vino bianco lasciandolo sfumare. Prelevate le braciole e tenetele da parte su un piatto caldo.

2 Unite al fondo di cottura 2-3 cucchiaini di salsa verde alla menta, mescolate, fate addensare a fuoco medio per un paio di minuti e distribuite il sugo sulla carne. Se vi piace servite con altra salsa a parte.



LE DOSI SONO PER 4 PERSONE

l'idea in più per pasta e bruschette

SFOGLIATE UN MAZZETTO DI SALVIA, UNO DI MENTA E UNO DI PREZZEMOLO IN MODO DA OTTENERE 120 G DI ERBE IN TUTTO. SCIACQUATELE, ASCIUGATELE CON LA CENTRIFUGA

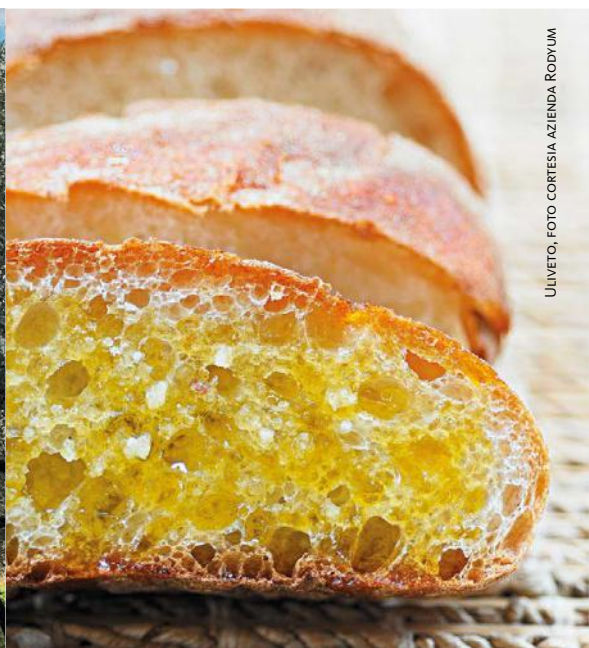
PER L'INSALATA E TRITATELE. SCALDATE IN UN TEGAME 6 CUCCHIAI DI OLIO, ROSOLATEVI 2 SPICCHI D'AGLIO SPELLATI E POI ELIMINATELI. AGGIUNGETE LE ERBE, MESCOLATE E CUOCETE PER 2 MINUTI. UNITE

1 BICCHIERINO DI BRANDY E LASCIATELO EVAPORARE. UTILIZZATE LA SALSA COME SUGO PER LA PASTA (MEGLIO UN FORMATO GRANDE, TIPO PACCHERI, LISCIO E RUVIDO) OPPURE FETTE DI PANE

CASERECCIO ABBRUSTOLITE SOTTO IL GRILL DEL FORNO. POTETE UTILIZZARE QUESTA SALSINA ANCHE PER LA CARNE O PER PESCI DI GUSTO DECISO (COME SGOMBRO, SARDINE, OPPURE TONNO).



NEL PROSSIMO
NUMERO: LE SALSE
ALL'AGLIO



ULIVETO, FOTO CORTESIA AZIENDA RODVUM

Cilento Dop olio mediterraneo

QUESTO MESE IL TOUR TRA LE DOP ITALIANE CI PORTA NELLA BELLISSIMA TERRA CAMPANA, DOVE IL MARE INCONTRA ANTICHE TRADIZIONI E SAPORI UNICI

a cura di Silvia Bombelli, testo di Luciana Squadrilli,
ricetta di Claudia Compagni

Sulle colline coltivate a grano e vite, tra gli alberi di fico e i pascoli dove sostano le greggi, accanto agli antichi templi come quelli di Paestum o Velia oppure lungo la costa, a picco sul mare, sulle sponde campane a sud di Salerno. Siamo nel cilentano dove gli alberi d'olivo – spesso secolari – caratterizzano in modo inconfondibile il paesaggio. Così come le olive e l'olio rappresentano una parte fondamentale dell'alimentazione di queste terre. Proprio qui negli anni Cinquanta il medico statunitense Ancel Keys, osservando l'alimentazione della popolazione locale a base di tanti ortaggi, cereali, legumi, pesce e olio d'oliva (che, data l'abbondanza, sostituiva anche i grassi animali), ideò il concetto di Dieta Mediterranea, dal 2010 annoverata tra i Patrimoni culturali immateriali dell'umanità Unesco.

PACKAGING VINCENTE

Protagonista da sempre di degustazioni a premi, ora l'extravergine è anche al centro di competizioni per il look, come *Le forme dell'olio*, concorso di packaging e design organizzato da OlioOfficina di Luigi Caricato e giunto all'ottava edizione. Ha vinto il premio Designer dell'anno proprio un'agenzia del Cilento, specializzata in progetti grafici per il settore dell'enogastronomia: Nju Comunicazione, che "ha vestito" alcuni dei migliori extravergini italiani del Sud Italia.

Apprezzata zona di villeggiatura estiva, il Cilento ha in realtà anche un bellissimo entroterra ancora incontaminato e selvaggio, costellato di antichi borghi e montagne. Gran parte del suo territorio è tutelata dal Parco nazionale del Cilento e del Vallo di Diano, dove si trovano i 62 comuni della Dop Cilento per l'olio extravergine, nata nel 1998.

La varietà autoctona protagonista è la Pisciotana, portata qui (si narra), dai coloni Greci, resistente anche ai venti salmastri e alle calde estati cilentane. Dà un olio dal fruttato leggero o medio, solitamente caratterizzato da note di erbe campestri, carciofo e foglia di pomodoro, più piccante che amaro. Le olive sono anche adatte al consumo da tavola e sono usate per preparare le tradizionali "olive schiacciate" di Pisciotta, conciate

IL MUSEO DELLA DIETA

A Pioppi visse a lungo lo studioso Ansel Keys. Ai suoi studi su alimentazione e salute è dedicato il Museo vivente della Dieta Mediterranea che con il Museo Vivo del Mare e diversi sentieri naturalistici costituisce la rete dell'Ecomuseo della Dieta mediterranea. Le sale espositive e i laboratori didattici offrono approfondimenti sui cinque sensi e la gastronomia cilentana oltre ad ospitare la biblioteca personale di Keys, donata dalla famiglia. Museo della dieta mediterranea di Pioppi (ecomuseodietamediterranea.it).

TORTIERA DI SARDE E CARCIOFI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE
30 MINUTI
COTTURA 35 MINUTI
200 CAL/PORZIONE

6 carciofi – 500 g di sarde – 1 mazzetto di prezzemolo – 1 limone – 1 spicchio d'aglio – 1 cucchiaio scarso di pangrattato – olio extravergine di oliva Cilento Dop – sale

1 Pulite le sarde, eliminate le eventuali squame rimaste, le interiora, la testa, la lisca centrale e a 2/3 anche la coda. Mondate il prezzemolo, lavatelo, asciugatelo e tritatelo finemente. Sbucciate lo spicchio d'aglio, eliminate l'anima centrale e grattugiatelo con una grattugia a fori medi.
2 Sciacquate le sarde sotto l'acqua corrente e stendetele ad asciugare su carta da cucina. Mondate i carciofi, tagliateli a fettine sottili e man mano che sono pronti metteteli a bagno in acqua acidulata con il succo di 1/2 limone. Scolateli e cuoceteli su fiamma bassa in una padella con 4 cucchiaini di olio, l'aglio grattugiato, una

presa di sale e 2 dl di acqua fino a quando l'acqua sarà evaporata e i carciofi diventati morbidi.

3 Unite il prezzemolo e lasciate raffreddare. Ungete con 3 cucchiaini d'olio una teglia da forno dai bordi alti di 20 cm di diametro. Riempitela alternando strati di carciofi e acciughe disposte a raggiera con la codina verso l'esterno, terminando con le acciughe. Versatevi l'eventuale fondo di cottura dei carciofi rimasto, cospargete con il pangrattato e cuocete in forno caldo a 180° per 25 minuti. Condite con il succo del 1/2 limone rimasto e servite.



Scelti per la nostra ricetta

Rodyum – Enjoy Cilento DOP – Pisciotta (SA)

Blend di Pisciottana, Frantoio e Salella, è ricco di profumi che rimandano al mondo vegetale. Fruttato medio, dal notevole equilibrio tra amaro e piccante (bottiglia 500 ml, 12 euro).

Piero Matarazzo – Ramarà Cilento DOP – Perdifumo (SA).

Delicato ma vivace mix di Frantoio e Ogliarola con note di mela e mandorla verde ravvivate da sentori di timo. Elegante, con amaro e piccante in perfetto equilibrio (bottiglia 500 ml, 4 euro).

Marsicani – Algoritmo Cilento DOP Sicili – Morigerati (SA)

Gli oli di Nicolangelo Marsicani sono sempre impeccabili, come questo blend di Frantoio e Pisciottana dal fruttato medio con belle note vegetali, sentori di mandorla, carciofo e cardo. Equilibrato, dal piccante persistente (bottiglia 500 ml, 15 euro).



Piatti di Petra Sarda
cucchiaio e tegame
di 100fa. Indirizzi
a pagina 114

nel numero di maggio

PECORINI

Il formaggio più antico del mondo e le sue tipologie. Da conoscere e spendere in sfiziose ricette contemporanee

PASTE FRITTE

Pizzelle, panzerotti, bombe... piccoli capolavori di arte bianca tuffati nell'olio bollente

MIRTO E ALLORO

Il loro intenso profumo dà carattere a primi secondi e dessert

MERINGHE

Italiana, svizzera o francese? Tre diverse tecniche e i dolci d'elezione



in edicola dal 27 aprile

sale&pepe

Stile Italia Edizioni

Aprile 2021

DIRETTORE EDITORIALE
Maurizio Belpietro

DIRETTORE RESPONSABILE
Laura Maragliano - laura.maragliano@stileitaliaedizioni.it

REDAZIONE
Livia Fagetti CAPOREDATTORE - livia.fagetti@stileitaliaedizioni.it
Enza Dalessandri CAPOREDATTORE - enza.dalessandri@stileitaliaedizioni.it
Barbara Galli CAPOREDATTORE - barbara.galli@stileitaliaedizioni.it
Silvano Vavassori CAPOREDATTORE - silvano.vavassori@stileitaliaedizioni.it
Cristiana Cassé CAPOSERVIZIO - cristiana.casse@stileitaliaedizioni.it
Alessandro Gnocchi CAPOSERVIZIO - alessandro.gnocchi@stileitaliaedizioni.it
Monica Pilotto VICECAPOSERVIZIO - monica.pilotto@stileitaliaedizioni.it
Silvia Bombelli - silvia.bombelli@stileitaliaedizioni.it
Daniela Falsitta - daniela.falsitta@stileitaliaedizioni.it
Susanna Meregalli - susanna.meregalli@stileitaliaedizioni.it

Silvia Tatzoli - silvia.tatzoli@stileitaliaedizioni.it
Silvia Viganò - silvia.vigano@stileitaliaedizioni.it
Patrizia Zanette - patrizia.zanette@stileitaliaedizioni.it

SEGRETERIA DI REDAZIONE
Cinzia Campi RESPONSABILE - cinzia.campi@stileitaliaedizioni.it
Paolo Riosa RICERCA FOTOGRAFICA - paolo.riosa@stileitaliaedizioni.it

HANNO COLLABORATO A QUESTO NUMERO Stefania Aledi, Alkémia, Marina Cella, Laura Cereda, Claudia Compagni, Emanuela De Santis, Ernesto Fagiani, Sara Farina, Gian Marco Folcolini, Stefania Giorgi, Riccardo Lagorio, Veronica Leali, Martina Liverani, Maurizio Lodi, Paola Mancuso, Francesca Moscheni, Antonella Pavanello, Livia Sala, Sandro Sangiorgi, Felice Scoccimarro, Laura Spinelli, Luciana Squadrilli, Giovanna Ruò Berchera, Francesca Salvemini, Michele Tabozzi

SOCIETÀ EDITRICE: Stile Italia Edizioni Srl
- Via Vittor Pisani, 28, 20124 - Milano (MI)
Amministratore Delegato: Piergiorgio Bonometti
Registrazione del Tribunale di Milano
- Numero 464 del 8/9/1986

PUBBLICITÀ: O.P.Q. srl
20124 MILANO - Via G.B. Pirelli 30
Telefono 02/66992511 email: info@opq.it

DISTRIBUZIONE: Press-Di srl - Via Mondadori, 1
- 20090 Segrate (MI) fax 045.8884378

STAMPA: Puntoweb srl - Via Variante di Cancelleria snc - 00040 Ariccia (Roma)

REDAZIONE: Via Vittor Pisani, 28 - 20124 Milano

ABBONAMENTI: È possibile avere informazioni o sottoscrivere un abbonamento tramite il sito www.abbonamenti.it/sie
E-mail: info.abbonamenti@directchannel.it
Telefono dall'Italia: 02 75429001
Il servizio abbonati è in funzione dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 19

Abbonamenti

Gentile abbonato, desideriamo informarti che dal giorno 1 gennaio 2020 Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. ha ceduto il proprio ramo d'azienda relativo all'area periodici alla società Stile Italia Edizioni srl. Per effetto di tale cessione, Stile Italia Edizioni srl. è subentrata nei rapporti contrattuali relativi al tuo abbonamento precedentemente instaurati tra te ed Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. Di conseguenza, i dati personali raccolti da Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. nell'ambito dell'instaurazione o in esecuzione del rapporto contrattuale di abbonamento, sono stati comunicati a Stile Italia Edizioni srl, che ne è divenuta titolare del trattamento ai sensi dell'articolo 4 n. 7 del Regolamento UE n. 679/2016 (General Data Protection Regulation - "GDPR"). Trattandosi di una cessione di ramo d'azienda i tuoi dati personali continueranno ad essere trattati secondo le stesse finalità e con le stesse modalità per le quali sono stati raccolti in fase di instaurazione del rapporto contrattuale con Arnoldo Mondadori Editore S.p.A., nel pieno rispetto dei principi in materia di protezione dei dati personali previsti dal GDPR e di qualsiasi altra normativa applicabile. Ti invitiamo a consultare l'informativa sul trattamento dei dati personali ai sensi dell'articolo 14 del GDPR che, conformemente all'articolo 14 paragrafo 5 lettera b) del GDPR, è resa disponibile al link www.stileitaliaedizioni.it/privacy-policy

indirizzi

APRILE 2021

- 100FA
- 100fa.it
- ALESSI
- alessi.com
- ANKARSURUM
- distr. da Künzi, kunzigroup.com
- ARTE NEL POZZO
- artelnepozzo.it
- ASA SELECTION
- distr. da Merito, merito.it - asa-selection.com
- BITOSI HOME
- bitosihome.it
- BLOOMINGVILLE
- bloomingville.com
- BOSCH
- bosch-home.com/it
- BRANDANI
- brandani.it
- BROSTE COPENHAGEN
- brostecopenhagen.com
- C&C
- cec-milano.com
- CARGO & HIGH TECH
- cargomilano.it
- CERAMICHE BUCCI
- ceramichebucci.com
- CERAMICHE FABRIZIO RUSSO
- designforchet.com
- CLAYLAB DI LUCA PEDONE
- claylab.it
- CLAIRE LUNE CERAMICS
- clairolunelab.it
- DOMENICO MORI
- domenicomori.it
- EASY LIFE
- easylife.boutique
- ELECTROLUX
- electrolux.it
- FORME DI FARINA
- sarafarina.com
- FRANCESCA REITANO CERAMICA
- francescareitano.com
- HKLIVING
- hkliving.nl
- H. KOENIG
- it.hkoenig.com
- JARS CERAMISTES
- jarsceramistes.com
- KENWOOD
- kenwoodworld.com
- KITCHENAID
- kitchenaid.it
- LA FABBRICA DEL LINO
- lafabbricaellino.com
- LA FORNACINA KERAMIK STUDIO
- lafornacinakeramikstudio.com
- LE CREUSET
- lecreuset.it
- MANCUSO DESIGN LAB
- mancusodesignlab.com
- MARCATO
- marcato.it
- MEPRÀ
- mepra.it
- MHV
- mnhv.it
- MR BOWL CERAMICS
- mrbowlceramics.com
- MOULINEX
- moulinex.it
- ONCE MILANO
- oncemilano.com
- PETRA SARDA
- petrasarda.com
- PINTI INOX
- pinti.it
- PORCELAINGRES
- porcelaingres.it
- RIGATO HOME
- rigatohome.it
- ROSSIGNOLI
- rossignoli.it
- RUSSELL HOBBS
- it.russellhobbs.com
- SANDRA FAGGIANO
- sandrafaggiano.com
- SERAX
- serax.it
- SOCIETY LIMONTA
- societylimonta.com
- STEFANO TONIOLO CERAMIC
- etsy.com
- VIEW
- viewmaster.it
- VILLA D'ESTE HOME TIVOLI
- villadestehometivoli.it
- ZAFFERANO ITALIA
- zafferanoitalia.com
- ZARA HOME
- zarahome.com

HOPLA

Veg&Bio

100% vegetale



Ricerca su 12.000 consumatori svolta da IRI, su selezione di prodotti venduti in Italia.
prodottodellanno.it
cat: prodotti a base vegetale.

TUTTO IL BUONO DEL VEGETALE, TUTTO IL BENESSERE DEL BIOLOGICO!

MASOOR DHAL ZUPPA DI LENTICCHIE

Preparazione 10' / Cottura 35' / Per 4 persone

Ingredienti:

- 300 g di lenticchie rosse • 1 cipolla grossa • 2 pomodori
- 100 ml di latte di cocco • 3 cucchiaini di olio di semi
- 1 cucchiaio abbondante di curry
- 1 cucchiaino di curcuma macinata
- 1/2 cucchiaino di cumino macinato
- 1 cucchiaino di peperoncino macinato
- 1 cucchiaino di sale • 1 spicchio d'aglio tritato
- 1 cucchiaino di zenzero fresco tritato
- q.b. brodo vegetale

inoltre:

- 150 ml di **Cucina Hoplà Veg&Bio**
- q.b. succo di limone
- q.b. coriandolo o prezzemolo tritato per decorare

Preparazione

Lavate le lenticchie in acqua fredda.
In un tegame largo versate alcuni cucchiaini di olio extra vergine di oliva, quindi rosolatevi la cipolla e l'aglio, tutte le spezie e i pomodori a pezzi.
Unite le lenticchie, ricopritele con il brodo vegetale e cuocete per 25 minuti. Salate e aggiungete il latte di cocco continuando a cuocere per 10 minuti. Il risultato sarà una zuppa densa.
Miscelate a **Cucina Hoplà Veg&Bio** un cucchiaino di succo di limone. Distribuite la zuppa bollente nei piatti e completate con un cucchiaino abbondante di **Cucina Hoplà Veg&Bio** e la parte verde del cipollotto tritata grossolanamente.

BUON APPETITO!

Autentico

COME LA GIOIA DI CONDIVIDERE



I Formaggi dalla Svizzera sono ideali a ogni ora della giornata, ognuno con un sapore diverso per infinite varianti di gusto. Sono perfetti per condividere i momenti più belli e il piacere del buon cibo genuino.

#AutenticoCome



Svizzera. Naturalmente.

Formaggi dalla Svizzera.
www.formaggisvizzeri.it

